

REVISTA ESPIRITA NATURISTA ÓRGANO DEL CENÁCULO
EL PROGRESO DEL ALMA

Año II * Barcelona, Septiembre de 1934 * Núm. 15

BUSCANDO LA PAZ

Médicos más o menos naturistas. -- Vividores. -- Frescos. -- Curanderos. -- Instructores y empíricos màs o menos naturistas

POR MÁXIMA

En la editorial pasada, Máxima suspendió su pobre escribir, suplicando a sus benévolos lectores que tuviesen paciencia y no formasen criterio sobre lo leído hasta llegar al final.

Al pasar pues, a estudiar un algo los títulos restantes de la cabecera, empieza por afirmar que también en Naturismo como en Espiritismo y en toda modalidad del vivir de este pobre mundo, existe el tipo del vividor o sea aquel que es perfectamente consciente de que finge lo que no está en él, pero que gracias a su fingir saca aquel material rendimiento que se propone obtener. Al llegar aquí, Máxima, sin dejar de reconocer la culpabilidad del vividor, ha de añadir para mejor estudiar, que a su pobre entender la culpa en este caso ha de ir a medias, o sea entre el vividor que engaña y su víctima por dejarse engañar. Dios ha dotado por igual a todas sus almas de inteligencia, el desarrollarla es cosa del alma a través de los múltiples cuerpos que va consumiendo para hallar su progreso en este mundo, y si a esto se añade que en ciudades sobre todo, que es donde principalmente se habla y divulga el Naturismo, y que quienes le aconsejan y combaten, como también quienes un algo más o menos le practican, el enfermo que no se orienta es porque no quiere, no porque no pueda, lo que justifica lo de la culpabilidad compartida. Mientras haya voluntades tan abúlicas que se dejen timar, existirán los timadores, cuando aquellas quieran reaccionar, éstos desaparecerán automáticamente por falta de víctimas-clientes.

Pasa, Máxima, a un algo analizar la faceta de los frescos, y aunque muchos aceptan que vividor o fresco es una categoria exactamente igual, Máxima, respetando como siempre el pensar y opinar de los demás, no coincide en tal fusión, y al efecto expone que, el fresco es aquel pobre sér encarnado que su frescura le permite el ser lo suficiente atrevido para aconsejar una cura natural y dirigirla a su manera, no preocupándose lo más mínimo del resultado que sus consejos puedan dar, pues si ve que en la

práctica su intento le fracasa, con la misma frescura se lanzará a cualquiera otra actuación, por distinta que sea, con tal que le pueda facilitar el no morirse de hambre por completo. El vividor es un egoista, sueña y anhela con la riqueza física para obtener la cual no tiene escrúpulo alguno que le pueda detener, el fresco, no es egoista, es abúlico únicamente, pero empujado por las necesidades materiales que acostumbra a reducir al mínimum, se sirve de su frescura, de su manera de vivir, para poderlas atender sin preocuparse de nada más.

Convencida, Máxima, de que tan pobre categoría no se merece mayor atención, pasa a la inmediata, o sea a la calificación del curandero, el cual hay que estudiarle en su verdadera especialidad. De curanderos los ha habido siempre y será la faceta que costará más hacer desaparecer del campo naturista y de los demás también. El curandero, por regla general no va de mala fe, sino que se halla convencido de que en posesión de grandes conocimientos sobre el curar los cuerpos, los va a diario practicando, y ello le da aquella experiencia que les permite obtener aquellas apariencias que obtienen también los médicos alópatas, cuando consiguen hacer desaparecer los síntomas de la enfermedad, coincidiendo ambos en que el enfermo curó. El curandero es algo estudioso a su manera, y es también un recipiente mental de los procedimientos curativos populares de la más remota antigüedad, transmitidos de padres a hijos, hasta el momento actual.

Estudiando la actuación de esos curiosos seres, destacan en tal estudio principalmente dos factores: uno, que por lo general y en proporción enorme, aconsejan el uso externo e interno de productos naturales, y otro, el enorme arraigo que tienen entre el pueblo, el cual sin saber por qué repugna del médico tanto como se siente atraído por el curandero. Máxima, se halla convencida que el curandero tardará siglos en desaparecer, o sea hasta que la cultura naturista verdadera haya entrado en la entraña del vivir del pueblo en aquella medida de cantidad y calidad que le permita a cada enfermo ser el médico naturista certero de sí mismo.

Y pasa Máxima a examinar un algo también la última faceta o calidad con doble denominación de instructores o empíricos más o menos naturistas.

Como ya Máxima separó todas las categorías que podían enredar la madeja del verdadero instructor o empírico naturista, al estudiar esta interesante faceta, lo hará bajo la base de analizar la actuación de los que por no ser frescos ni vividores, son realmente empíricos y por lo tanto pueden y deben ser instructores, consejeros y a la vez practicantes, de lo que les consta no solamente por la teoría estudiada de los empíricos naturistas que fueron y que ahora muchos médicos naturistas califican de geniales, sí que también muy sobre todo, por la constante práctica en infinidad de enfermos que siguiendo el camino marcado por sus naturistas consejos, obtuvieron la salud física, negada ya la posibilidad de la misma por los médicos alópatas, en infinidad de casos.

Para todos aquellos que por lo visto ven la gramática y demás estériles academicismos como a medio curativo naturista, Máxima se limita a recordarles que la academia de la lengua castellana, por ahora, sostiene las siguientes definiciones: Empirismo—«*procedimiento o sistema fundado únicamente en la práctica o rutina. Doctrina filosófica según la cual todo conocimiento humano es debido a la experiencia*». Máxima, se permite esperar que todos aquellos que no sientan ya ojeriza a los empíricos, encontrarán la tal definición, cualquiera de las dos, y mejor las dos, perfectamente natural, y partiendo de la realidad que practican los empíricos que dedican su vida toda a estudiar primero en los empíricos clásicos, y luego en la personal experiencia de la aplicación de los sistemas por ellos creados para curar todas las enfermedades cuando conserva el cuerpo enfermo todavía aquel mínimo indispensable de vitalidad para obtener la cura, Máxima, los aplaude (sin juntar las manos), los estudia friamente en su obra individual buscando en la misma los éxitos o fracasos demostrativos de poderse y deberse confiar a su dirección o no, y como primero lo hizo exactamente con los médicos llamados naturistas (por ellos mismos, no por ningún título legal que puedan exhibir) llega a la conclusión que los que hoy se pelean con tanta saña son las dos únicas capacidades para dirigir la cura natural, ya que ambos, títulos y vanidades a parte, han tenido la imprescindible necesidad de beber en las mismas fuentes todas empíricas por cierto, y luego estudiar en la práctica con sus enfermos y en sí mismos, la bondad del sistema curativo único que en realidad cuando se llega a tiempo puede curar todas las enfermedades.

Y, Máxima que no siente fobia alguna contra los unos ni los otros porque en ambos ve seres hermanos que hoy divididos por los aprecios de la carne no se saben unir para juntos ayudar a la humanidad a regenerarse viviendo la vida en forma natural, comprende que hay que respetarlo todo y ayudarlo todo y a todos los que se quieran dejar ayudar, pero al llegar al camino que Máxima, acepta que lenta y conscientemente hay que recorrer para poder eficazmente a la humanidad ayudar, prefiere dejarlo para una próxima y última editorial sobre el tema, a la que remite a sus bondadosos lectores que la quieran seguir, para así, serenamente, sin agresiones para nadie, poder llegar al sano final que habrá de quedar abrigado por la Esperanza y ésta a su vez asistida por el verdadero Amor.

EL PODER POR SOBRE DE LOS PODERES

Todo atentado contra la integridad física y moral de la criatura es un crimen.

Moore

H...., el dictador teutón, continúa haciendo la apología de la *esterilización de los anormales*. Es de este modo como el *fascismo* avanza en el campo social, sobreponiéndose violentamente a todas las leyes de respeto humano, que deberían caracterizar la civilización del siglo XX.

A los lectores del gran rotativo *Correio da Manha*, del cual tengo honor de ser colaborador de asuntos espiritualistas, no debe haberles pasado por alto el reciente artículo de R. C. sobre *fascismo* en relación justamente con la cuestión del *espiritualismo*.

Un artículo verdaderamente magistral, que desnuda, enseña así a la luz de la razón, las miserias morales de este pretendido partido revolucionario que es únicamente *reaccionario*, considerando tan sólo dos constataciones; la *pena capital contra los crímenes políticos y la supresión de la libertad de pensamiento*.

Realmente; en Italia fueron perseguidas y disueltas las asociaciones democráticas y masónicas; y en Alemania las israelitas y marxistas. Sin decir que los perseguidores — como decía Thiero — fueron siempre grandes tímidos; pero la obstrucción de todo y cualquier principio adversario será — más tarde — el fermento de nuevas revoluciones. La Historia está llena de reivindicaciones.

Yo siempre tuve placer de encontrarme con el más irritante adversario *político-religioso*, porque mi alma, a Dios gracias, está siempre abierta a la máxima tolerancia. Y si el mundo *político-religioso* no tuviese contra sí oposición alguna que debiese combatir, con lealtad, entonces sus exponentes ninguna gloria tendrían.

Reconozco por consiguiente que los *dictadores-violentos*, son a la postre grandes tímidos, condenados en su mayoría al mismo fin que Robespierre, Danton y Marat.

Fué el propio M... quien así lo afirmó por la prensa libre, cuando brillaba en el socialismo como astro de primera magnitud, vaticinando la destrucción del capitalismo, del papado, de la monarquía. Y la Historia no se apaga...

Volvamos empero al argumento del presente artículo, teniendo siempre por base la doctrina espírita.

H... (antes austriaco y católico, ahora alemán y luterano), quiere, lo mismo que M... que las madres sean prolíficas, que los ciudadanos tengan excelente salud. Si estos dos fascistas por excelencia, penetrasen clarividentes el futuro, deberían prever que, si cada uno exige un patricio de *tipo-patrón*, no habrá en un mañana la confraternización de los pueblos pero sí la... *rivalidad de razas*.

Y tendremos de nuevo por consiguiente las invasiones italianas en Alemania y las de los alemanes en Italia, como en los tiempos romanos y medievales. ¿Cómo podrían empero tener la visión del futuro los dictadores que imponen un *sello personal* a los hombres y a los tiempos?

Resulta así que, ansiando esculpir, cuales semidioses, la propia imagen en los súbditos, no vacilan ellos en crear las leyes más crueles, hasta cruelísimas, como es por ejemplo la *esterilización de los anormales*. Este verdadero atentado contra la integridad físico-moral de los infelices, es contra lo que nos insurgimos, en nombre, no solamente del Espiritismo, sino aun de la propia civilización.

Y dejando a ésta la responsabilidad del acto nazista, discutamos la iniquidad del lado espírita.

¿Qué vienen a ser los *anormales*?

Cuando un César Lombroso, convertido al espiritismo se condolió de haber calificado de *tarados* los nacidos de alcoholizados, de epilépticos, los heredo-sifilíticos, etc., a hombres como M... e H... no les asiste el derecho de sobreponerse a un César Lombroso de facción espiritual.

Tengo siempre presente el ataque exagerado y es inhumano que la democracia internacional movió a M..., idealizador y creador del fascismo moderno, cuando apreciándolo bajo el punto de vista científico-analítico le calificó de *anormal* a causa de renegar audaciosamente de su pasado

político y de la avariosis que le atormentaba. Yo fuí uno de los pocos (aunque también perseguido). que le combatieron únicamente como *fascista*, sin preocupaciones sobre su pasado físico y moral.

Tampoco me preocupo con el H... ex-austriaco y ex-católico, pero hablo sobre el *fascista* y el *guillotinador*, que persigue con su odio a los israelitas, aun tratándose de un E...

Un poquito *añormales* lo somos todos, mientras vivimos en planetas expiatorios, como por ejemplo la Tierra; de consiguiente nadie tiene el derecho de condenar o exterminar a su semejante solamente porque piensa y obra como bien entiende.

La uniformidad en las ideas y acciones es una imposición que es creación únicamente del *fascismo*, provocando más tarde o más temprano una *reacción universal*; mientras tanto es sencillamente grotesco que a medida que desaparecen los tronos — surgen los dictadores...

Admitiendo empero los *anormales*, el Espiritismo prueba que ellos son solamente almas en purificación, teniendo de consiguiente la civilización (lo mismo profana, como la religiosa), el deber de ampararlos en la dura prueba, pero sin jamás eliminarlos, ni cerrarles el camino de redención.

¿En dónde es que existe el hombre público *puro*, con el derecho moral de pisotear sobre la cabeza de los *anormales*?

Yo comprendo el *chino* que sólo admite que el hecho sólo puede ser interpretado y resuelto de acuerdo con la verdadera pena del Talión pero no comprendo los *fascistas* del corazón de Europa, que en las persecuciones, penas capitales, destierros y hambres provocadas, etc., suponen hallar el remedio para... hacer parar el sol de Josué....

Dentro de poco tiempo estos apologistas de la violencia serán confundidos y barridos por las revoluciones populares aun cuando hoy parezcan todavía amparados por el pueblo.

Como italiano me acuerdo perfectamente de la caída de Borbón en Nápoles, escapado milagrosamente al regicidio, mientras que tres días antes le aclamaba entusiásticamente el pueblo.

Para el Espiritismo no existen por lo tanto *verdaderos anormales*, pero sólo criaturas a redimir, o mejor, a proteger y encaminar hacia un destino mejor. La divina ley de las Reencarnaciones se encarga de reconducir estos infelices a la perfección absoluta (1).

He aquí pues el *Espiritismo ecléctico* en función social de defensa de la integridad física y moral de todo y cualquier individuo, aun siendo *tarado*.

Lugares para reeducación, y si es preciso, para segregación del convivir social, cuando la ciencia considera tales criaturas como incurables, nunca empero, la *supresión o iluminación*, o la *esterilización*.

Darwin sufría de avariosis más que terciaria, con la ataxia locomotriz; Eurico Ferri era hijo de un alcoholizado y suicida; Moisés un homicida y exterminador de pueblos; César un inmoral y pervertido; Oscar Wilde un degenerado; Napoleón otro exterminador de vidas humanas; G... II un soñador de glorias, etc., etc.

Pero si la sociedad los hubiese creído merecedores de la *esterilización*, jamás hubieran esculpido en el mundo una época de cultura, de leyes humano-divinas, de Derecho Romano, de guerras... purificadoras, de tronos en liquidación, de literatura, etc., etc.

Unicamente el *fascismo* como derecho del fuerte contra el flaco, sustitución de un individuo sobre la conciencia popular, violencia, cinismo, valorización de los medios de coacción medievales sobre la libertad de pensamiento; todo ello disfrazado con la protección dispensada al estómago hambriento, la prolificidad del nacionalismo, con base en la horca, en los fusilamientos, guillotina, etc.; sólo y únicamente el *fascismo* en este año de gracia (¿o de desgracia?) de 1934, es lo que es *Normal*.

Así lo afirman M... e H..., los creadores del *poder más alto de los poderes*. A esta bestialidad contraponemos nosotros el *Espiritismo* y que Dios salve el mundo.

M. R. D'A.

---

(1) Absoluta en lo relativo, pues Perfección Absoluta en lo Absoluto sólo Dios.—N. del T.



MEDIANÍMICAS

Comunicación medianímica escribiente, obtenida por nuestra hermana y médium R. B., en 12-8-34, en Palma de Mallorca

Que sea el dulce y armónico encanto de la inimitable música celestial, la que un día pueda ser oída y comprendida, y así penetrar sus notas pacíficas y amantes en el corazón de mis hermanos de la tierra, para que los ojos simbólicos del corazón, del corazón a la vez, orgánico y fluídico, puedan mirar viendo, no mirar como miran sin nada ver.

Hermanos en Dios, ¿cuándo miraréis viendo la realidad con calma? Entonces vuestros ojos verán la verdad de la verdadera necesidad, y haréis el bien, en nombre de nuestro perfecto Maestro, la caridad, una faceta, una nota de la partitura del bien y consciente vivir.

Si en la Creación muriese algo, que no es así, porque si fuese así, el Increado negaría a su propia obra su procreador amor; pues digo, que si fuese así, diría que vuestro vivir es una agonía, es el fantasma de la muerte de vuestro pretérito y presente semimorir viviendo; fantasma compuesto del morbo de vuestras malas obras, de vuestros crímenes, de vuestras iniquidades, de vuestra muy nombrada y no practicada caridad.

La verdadera música, la música celeste, no siente jamás la vanidad de lucirse, es toda humildad, y se da, naturalmente, como natural que es. Almas animadoras de carne que al Cenáculo vais, demostrar más o menos una humildad. Actuar, al parecer, sencillas, y vestir sencillas delante de vuestros hermanos y un pastor, y después hacer todo lo contrario, os digo en verdad; que no predique tanto espiritismo quien, después de tanto predicar, espiritista un algo no resulta ser.

Seres de carne, que ya un algo la música os gusta y os hace vibrar, cuanto más humildes seréis, mejor escucharéis e intervendréis, más vibraréis escuchando armonía musical, y con asombro de todos, os diré: Quien ha gozado y goza las delicias de una música producida por el sublime Amor del Increado, la música que los clásicos cánticos arrancan de un material instrumento, no es arte, no es belleza, no es armonía, que es prostituída por el vil metal, y menos puede ser humilde, al ser su sentir la vanidad de ser galanteada y aplaudida. Jamás el Clásico de la única música espera por su obra aplauso alguno, como no sea el que le brindan naturalmente el cantar de los pájaros, el perfume de las flores, la luz de los mundos que llamáis en la tierra estrellas, la lluvia fecundante, el mar cantando alegremente la canción de la Eternidad.

Mas, también os digo: dentro el grosero vivir de vuestro mundo, vuestra música a falta de musicalidad divina, sin ésta por doquier no faltar, es música, faltada de armonía, y a la vez armónica, al estar rodeados de no belleza, que es vuestro mecánico vivir, es belleza, y el sér que ya se ve un algo malo, lleno de imperfecciones, ve a falta de otra, ve en la música grosera de su mundo, algo divino; se ve pequeño, se da cuenta que no es humilde, esto es, que percibe un algo la influencia a través de los acordes de la armonía material; siente el encanto brujo, que diría el hombre, de unas inimitables notas, de una eterna maestra.

El alma que sepa estudiar a nuestra Madre Naturaleza, cada una de sus múltiples facetas, es una cuerda del Arpa que os dije; cada cuerda tiene su nota, su canto, instrumento que nunca desafina.

Almas hermanas mías, mi experiencia os habla, no pretendo veniros a iluminar, ¿quién soy yo, pobre ave de vasto plumaje?, pero si daros, aunque pequeño, mi sano sentir. Aún un algo se emociona mi alma al dictar así, y es que recuerdo los instantes vividos en un cuerpo de carne que animó

en vuestro mundo, en tierras de una dorada isla, donde parece que el pincel de ese Artista perfecto, hubiese puesto sus mejores pinturas en arte panorámico. ¡ Bello rinconcito del mundo tierra !... Donde gocé, donde sufrí, donde lloré y reí, donde no amé y amé con delicado y profundo amor, donde acercando el instrumento a mi corazón, en noches plateadas, junto con él y otro sér amado, mi alma entonaba imperfectamente una oración al Maestro Universal. Hasta que pudo mi sér conquistar la libertad, cual el pájaro sin jaula. Y tú, ruiseñor, que me prestas el amor de tu pluma, ¡ alza más tu cantar ! ¡ Refila aún mejor ! ¡ Alza más tu vuelo ! Sigue como hasta aquí, pero con más sed de más alto tu vuelo ser. Bello es tu cantar, sigue esforzándote aún más. Sigue, sigue andando por el espinoso y feliz camino del amor, que pronto otra nota de tu canto a favor de la humanidad, refilará.

¡ Dichosa del alma que ya puede un algo servirse de su joven forma, porque en el mañana su premio divino cosechará !

Almas del Cenáculo, la música amansa con su melodía, a las fieras de la selva, pues formad cuando os encontréis en la simbólica selva, con vuestras fibras de humildad y respeto, entonad una melodía que os sirva para defenderos de los ataques, visibles e invisibles.

Nada más, almas queridas, que cumpláis cada una con vuestro deber, serenas y tranquilas, porque el alma que permite que manden en su mente, en el mañana es responsable, porque permite a una hermana suya que se envuelva en una responsabilidad más, amén la detención de grave responsabilidad de su obra por la tierra.

Que sea el Amor de Dios, el que os refuerce, para que llegue pronto un día, sin día ser, en el que cada una de vuestras almas sea un clásico más, alumno de un Amor verdad.

NOTA.—Esta comunicación fué leída en la sesión medianímica celebrada por el Cenáculo, el 15 de agosto, en la fuente de «can Corbera», de Rubí, siendo muy numerosas las voluntades que lloraron al escucharla.

A poco se manifestó un guía espiritual, avisando que acompañaba a su alma protegida, la que se manifestaría a través del médium parlante que utilizaba él. Por lo que luego pudo claramente comprenderse, sin que nadie dudase en absoluto, se trataba del alma animadora de la médium R. B. que trasmitió en Palma, por mediumnidad escribiente, la infrascrita comunicación, y que en Palma continuaba todavía, hasta terminar los 16 días de sus vacaciones.

Renunciamos a detallar la comunicación parlante, limitándonos a relatar a todos aquéllos que no les fué posible gozar de aquel puro momento, que lo fué de gran estudio y de ultra emoción, llorando el médium o sea el sér que se estaba manifestando, y la mayoría de los presentes que pudieron convencerse una vez más, aún los más incrédulos, que para el amor de las almas no existe la distancia, ni es valla el animar carne.

Dictámenes medianímicos escribientes obtenidos al dar comienzo las labores del Grupito de la Paz

No hay efecto sin causa y por lo tanto lo que le acontece al hermano por quien pedís y ofrecéis, debe tener la suya.

Efectivamente, existe una aproximación, pero no es persecutoria en el sentido que podríamos decir, en vuestro lenguaje, maligna. Se trata de un caso muy corriente hoy en la tierra, o sea, aquel en que un desencarnado ignorante, con lazos creados de simpatía con otro ser hoy en carne propia, se le aproxima de continuo sin idea de persecución alguna, y avasallándolo en momentos, aunque sin proponérselo, le hace hacer y decir las extravagancias que la inmensa mayoría sólo pueden comprender aceptándolo por loco.

Atraeremos al alma que se aproxima, y que el hermano le dé dirección en el sentido de que a pesar de aproximarse por una ley de simpatía, como ésta va envuelta en la carencia más absoluta de conocimientos espíritas, le perjudica grandemente por varios motivos, y que ante Dios se hace responsable de la perturbación del ser hoy en carne, que él no ignora, y de sus familiares en particular.

Dad comienzo ya si es vuestra voluntad.

... ...

... ...

Dos prácticas de paz en esta sesión, son el fruto de vuestra y nuestra actuación ante Dios.

Al primer ser, un algo le reforzará el tratamiento práctico suministrado, y al segundo y pese a su gran ignorancia, un algo le servirá lo escuchado y sucedido para hacerle estudiar y un algo practicar.

Cerrad pues ya sesión satisfechos de la realizada labor, y, al entregar vuestras formas al descanso, vibrad en sanos y fraternales deseos de relacionarse con ambos seres, para y por la paz.

Que la de nuestro Padre sea la que siempre reine en vuestra voluntad. Hasta siempre.

COLABORANDO

Como siempre, placentera, aquí me tienes. Nada en concreto me pides, como no sea lo de siempre, que te dicte si es mi voluntad, en bien de muchos... Pues bien, sí, en bien de muchos te voy a dictar, aunque la mayoría de esos muchos, hoy, no nos habrán de poder aceptar el fruto de nuestra unión, o sea el tú escribir y yo dictar.

Como sé no ignoras, la ley del olvido es ley de carne, y ello determina que el encarnado no pueda recordar, normalmente por hoy, escenas vividas en otra carne y otra vida de relación física; sin embargo, conocimientos no te faltan ni tampoco comprensión, para asimilarte rápidamente lo que siquiera sea fugazmente, te pueda describir.

Imagínate un numeroso grupo de hombres y mujeres que, bajo la aglutinante de un título o aspiración espiritualista, se reúnen en una ciudad del mundo tierra, dispuestos, al parecer, a marcar pautas para vivir mejor la vida de ahora en adelante, o sea a vivirla muchísimo más diferente de la forma en que la vive la titulada humanidad culta y muy civilizada.

Con el fin de conseguir sus propósitos, han lanzado a los cuatro vientos del planeta, y en varios idiomas como es natural, el anuncio de la tal magna asamblea y sus regeneradores propósitos, de los cuales se han impreso los temas, que, como es corriente a diario en el mundo, luego estudiarán ponencias, las que formularán dictámenes, que someterán a la discusión y aprobación del pleno, etc., etc.

Para realizar tal por lo visto enorme labor, han presupuestado cerca la docena de días, y aunque la inmensa mayoría de todos los asistentes, saben ya, poco más o menos, cual será el acuerdo a recaer, como se lo saben también muchísimos que a tal reunión no asistirán, es lo cierto que ni uno solo así se atrevería a afirmarlo.

Vistos los preparativos, diremos a vista de pájaro, resultan la mar de pintorescos por muchos motivos, pero, dejando de lado todos aquellos que es mejor para los encarnados ingenuos que no lleguen a conocer, te diré que me causa pena, el ahinco con que se organizan fiestas y agasajos físicos sumando más la cantidad de éstos y aquéllas, que las labores sublimadas al parecer por los enunciados, que se han de discutir y aprobar.

Llega el momento de reunirse los convocados, y desde aquí los contemplo sin velo alguno (ni por fuera ni por dentro) y al verles endomingados todos, con sus mejores trapitos, ellos y ellas, me acuerdo de Jesús... y me sonrojo por ellos. Al entrar en acción, todos los rostros llevan el sello de una alegría, de una satisfacción, que contrasta grandemente con la preocupación interna que reina en la mayoría de ellos, en realidad de verdad.

¡Cuántos son que su preocupación dominante es la de quedar bien como a orador! Si vieras algunas pobres voluntades situadas frente a un espejo, estudiando el mejor gesto y pose que pueden adoptar para lucirse bien y obtener muchos aplausos... te pasaría lo que me sucede a mí, bien lo sé, que una piedad infinita se apoderaría de tu alma, al ver a almas viejísimas que han prometido esta vez por la tierra vivir la vida expiatoriamente y, por tanto, en forma bien distinta de como la viven los demás, viviéndola a pleno remolque del *civilizado* modo que la vive la suicida humanidad.

Siempre ocupando mi lugar para observar el ir y venir de tal fraternal hormigueo, ¡cómo sufrirías al ver al final de cada reunión de la índole que ella haya sido, el chismorreo y gran murmuración que se produce, en todos ellos, salvando el grado respectivo alcanzado, cuanto a calidad y cantidad, sin perjuicio de luego al volverse a ver fingirse la mejor simpatía, etc., ¡¡no faltaba más!!

Cuántos afirman en voz alta, muy alta, para que se enteren todos, que en tal o cual punto coincide exactamente con fulano de tal, cuando la realidad ante Dios y ante los que vemos claro libres de la carne, es que opina completamente diferente, ¿que por qué no son sinceros?... Pues, sencillamente te diré, porque no ignoran que si intentan defender su punto de vista ante el de fulano de tal, que es una figura internacional, etc., se quedará solo y en ridículo si lleva la cosa a votación, quedando ante los asambleístas como un infeliz, pero, en cambio, si grita muchas veces su coincidencia con la tal voluntad físicamente prestigiosa, le tendrán todos por una mente despejada y asistida



Una escena de los tormentos de la Inquisición en Francia



Los preparativos para el acto de ejecución, en una ciudad italiana

por influencias elevadísimas, etc., ¿lo ves claro ahora, verdad? La terrible ley del «qué dirán» en funciones.

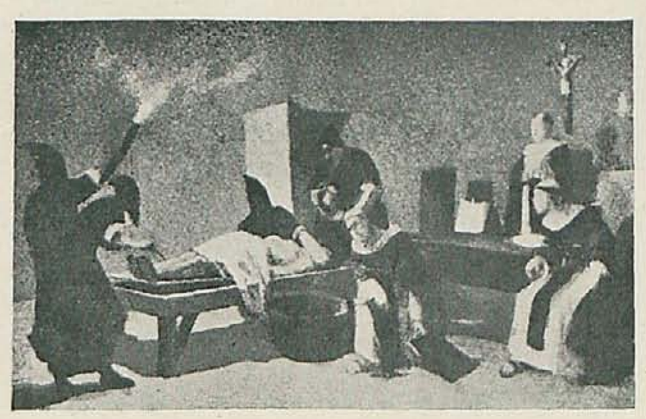
Otra cosa que verías clarísima desde mi atalaya, es el consultar textos más o menos espiritualistas, para poder colocar en los discursos, fingiendo improvisaciones, citas de fulano de tal o cual, que les dé barniz siquiera de eruditos. Las víctimas de tales consultas, somos unos cuatro o cinco, si bien una de ellas lo es en una proporción enorme sobre los demás, ya que cuanto más se cite a dicho autor, *más* científico demostrará que es el orador, etc.

Al llegar aquí, te añadiré que también desde mi sitio te sería facilísimo el seguir la estela de los que más rebullen, y en ella estudiar cómo viven la vida cuando no la viven como estos días en un escenario permanente, y... en la mayoría de los casos tu piedad, segura estoy, habría de engrandecerse, al ver tanto fariseísmo entre lo que se predica y lo que antes y después se practica, y, acepto conociéndote quien fuistes y hoy eres, que pasaría ante ti el recuerdo de aquel espírita verdadero, incomparable, único, que tan bien conoces, que existiendo en la tierra, sinagogas, templos, usos, costumbres, rutinaciones que en su conjunto marcaban la *civilización* de la época, él vivió a diario, siempre, en todo instante y lugar que se encontrase o le llamasen, su vida exactamente igual, o sea aquella que prometió al Padre vivir, para dar ejemplo a los demás.

Por eso bien sabes que su exigua vida física fué una constante rectificación de la manera de vivir de los demás, acudiendo ya de niño al templo y sinagogas, no para fingir de acuerdo con el pensar y definir de tal o cual prestigioso sacerdote o rabino, sino para en todos estos sitios demostrar que estaban envueltos en el error y en el fariseísmo, y de aquí sus públicas y al parecer agresivas anatemas *contra* tantos y el arrojar mer-

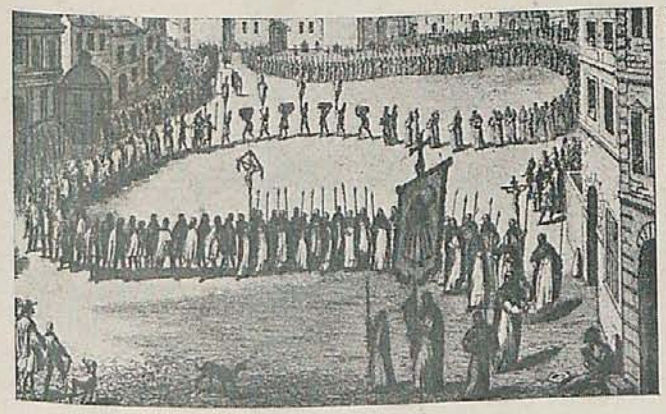


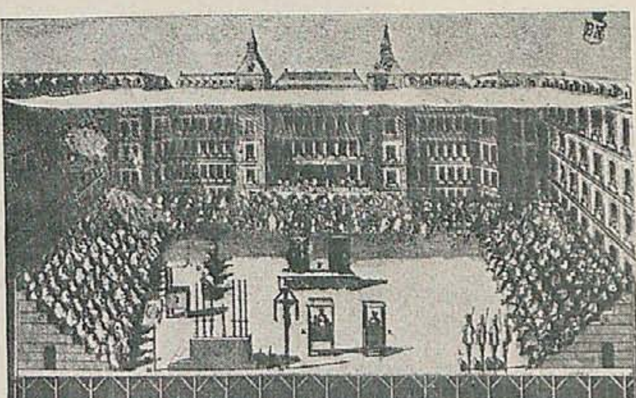
"El quemadero", cuadro de Franz Kasper Hubert Vinck



"El tormento del agua", cuadro de Franz Kasper Hubert Vinck

EN TIEMPOS DE LA INQUISICION


La procesión hacia el sitio en que se ha de celebrar el auto de fe


Un auto de fe en la plaza Mayor, de Madrid

caderes del templo y... para qué seguir, ¿verdad?

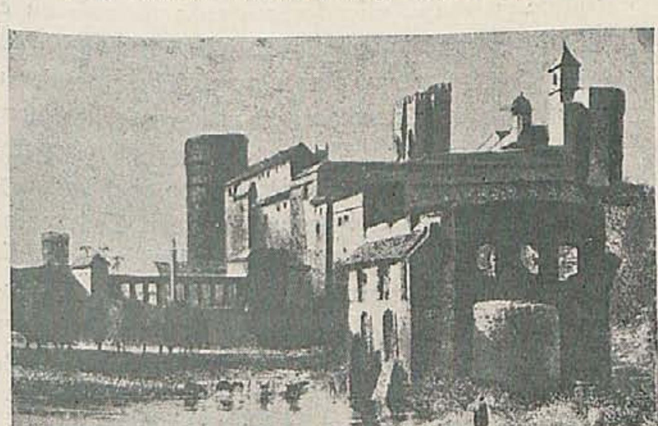
Si, en tal desfile, tú que cual yo y todos los que ya nos hemos dado cuenta que sólo viviendo la vida como la vivió él la viviremos bien, la compararías como la viven todas las voluntades de la tal reunión, y en momentos te sentirías con verdadera sed de gritarles lo de los sepulcros, en otros, otras gloriosas parábolas cristianas, y, en conjunto, segura estoy que harías como yo, esto es, elevarías una plegaria al Padre, pidiendo por los que tienen ojos y no ven, tienen oídos y todavía no quieren bien oír.

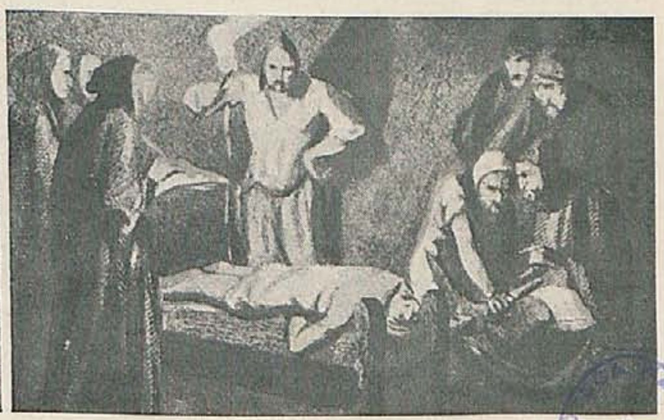
No, mi buen hermano, entristecerte bien sabes que no lo debes hacer, que esa ley no da progreso y debilita mucho a todo buen luchador.

No olvides ni un instante que tu labor es y ha de ser si quieres esta vez cumplir, de incesante labor y dolor, pero el último siempre superado para obtener buen fruto en el sufrir, por el firme propósito de todavía luchar más y mejor, esperándolo todo, de todos, para con la ayuda de todos, mejor progresar y mejor ayudar a muchos, ya que tú no ignoras que en la tierra los detractores son los que más nos ayudan a progresar, aunque ellos en su incomprensión y pobre verdad aceptada se figuren lo contrario.

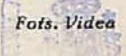
Bien, termino de dictarte por hoy, segurísima que te he dictado tema que mucho te hará estudiar, pero resígnate, que al leer nuestros míseros renglones, no serás tú solo, ya que cavilarán, negarán, etc., muchísimos más.

¡Atención! Aspirantes a naturistas, incluso los que ya naturistas se figuren ser. Jamás introducir en vuestro cuerpo, substancias que no sean naturales de verdad. Apartaos de todo pretendido médico o instructor naturista que con el pretexto de curaros os recete o aconseje el consumo de "productos naturistas", que se expenden en las llamadas "casas de regímenes curativos naturistas" y demás explotadores y criminales embustes, hoy tan en uso.—MACROCOSMO.


El castillo de Triana, en Sevilla, donde estaban las cárceles


El tormento del potro

Fots. Videa




El Verdadero Retrato de Cristo es el descrito por Léntulo
Gobernador de Judea, amigo de Poncio Pilato.

Carta dirigida al Senado Romano y publicada por Fabricius Publius Lentulus.

Salud.

He aquí, Majestad, la contestación que deseas: Ha aparecido un hombre dotado de excepcional potencia y le llaman el Gran Profeta; sus discípulos le llaman Hijo de Dios. Su nombre es Jesu-Cristo. En verdad, César, cada día se escuchan cosas prodigiosas de este Cristo que hace resucitar á los muertos, sana todas enfermedades y produce estupefacción á todo Jerusalem con su doctrina extraordinaria. Él es de aspecto majestuoso con una esplendente fisonomía llena de suavidad, tal, que los que le ven, le quieren y le temen al mismo tiempo. Dicen que su cara sonrosada con la barba partida por medio es de una hermosura incomparable y que nadie puede fijarse en Él, largo tiempo por su esplendor. En sus líneas, en sus ojos azules, en su pelo rubio obscuro, es similar á la Madre que es la más bella y melancólica figura que nunca se ha visto en estos lugares. En sus dichos preciosos, graves, irrefutables es la expresión más pura de la virtud y de una sabiduría que supera en mucho á la sabiduría de los más grandes genios. Cuando reprende y amonesta es formidable, cuando enseña y aconseja es convincente, amante, fascinador. Camina descalzo y con la cabeza descubierta y riéndose de lejos muchos se ríen, pero en su presencia tiemblan y permanecen estupefactos. Nadie le vió nunca reir, pero muchos le vieron llorar. Todos los que le han tratado dicen que han recibido beneficios y salud. Por esto, estoy molestado con los malvados que dicen que Él obra con perjuicio de tu Majestad, porque afirma públicamente que Reyes y súbditos son iguales delante de Dios. Mándame tu propósito y serás prontamente obedecido. Publius Lentulus.

Proconsul Romano de Judea.




Comunicaciones medianímicas parlantes, obtenidas en el Cenáculo el día 31 de Mayo de 1934, por el médium B... en la sesión dedicada a Jesús

Muy buenas tardes:

No es que realmente haya ninguna necesidad de mi cooperación, ni hablando a través de este querido cuerpo ni tampoco en lo de petición vibratoria, a los efectos que han pronunciado por reiteración, hace un instante, sus labios. No, no hace falta. Sin embargo, nada me cuesta daros ejemplo de cooperación, de engarce y de unión fraterna. Os bastáis para llamar, no a esa alma maestra que en un cuerpo se llamó Jesús, sino de otras muchísimas superiores también, porque sois, somos todos hermanos y del Creador para abajo somos iguales y tenemos todos los mismos deberes entre sí que cumplir, siendo el más principal el de prestarnos mutua asistencia. Entonces el derecho de petición lo tenemos todos, no me necesitáis, pues, a mí, pero no necesitarme a mí no quiere decir que estorbe ni sobre que yo, contestando a vuestra llamada, que en el fondo quiere decir un algo humildad, no la haga buena y me sume y coopere como un átomo más, no como un factor de grande eficiencia, no lo creáis, como un átomo más en vuestra colectiva petición. Sí, yo me voy a juntar, pues, a la demanda, pero antes no os diré ni una palabra del día Corpus; dejo el tema íntegro al Maestro, si lo quiere tocar, pero antes sí os diré unas brevísimas frases que os conviene escuchar. El peligro más grande, el inconveniente más trascendente para las prácticas de la mediumnidad parlante es que el auditorio sea muy numeroso de carne, porque siendo el término medio del nivel encarnado muy grosero todavía en este mundo, a mayor número de encarnados que se junten, mayor dificultad para el médium que tenga que actuar, y para el ser que le tenga que manejar. ¡ Qué poco, qué poco sabéis lo que es menester para practicar una verdadera práctica de mediumnidad parlante! Vosotros no veis más que el médium cierra los ojos físicos y que habla, y que hay un sér que le hace hablar, y aquí os paráis, y a escuchar. Pero no sabéis, ni los pretendidos científicos, lo que en realidad se necesita practicar para que la mediumnidad parlante sea un hecho en realidad ante la divinidad, sin mezcla del subconsciente del médium, sin mezcla insana astral, sin eclipses por ataques invisibles, y ésto, que es mucho, y muy grande, y muy delicado, aumenta todavía en el caso presente, suponiendo de que también hoy el alma que se invoque luego pueda corresponder a la llamada, por merecérnoslo nosotros. Pues bien, suponiendo que así fuese, en un caso así aún acrece el peligro, los inconvenientes, los obstáculos, y se hace muy difícil el poderlo realizar. Cuántos os creéis que al invocarse un sér así, el sér viene aquí, se posesiona del cuerpo del médium, y por lo tanto que mientras dura el parlamento aquí está. Por eso, aquellos fanatizables, que siempre los hay, también hoy contemplo algunos entre vosotros, incluso afirmáis, los unos detrás, los otros encima, los otros a la derecha (la manía de la derecha del

médium), veis, ¡no faltaba más! veis a Jesús, y yo os digo que en esos casos lo que os figuráis ver no existe aquí, no está aquí. Pensad que, así como un rayo del sol aglutinante del sistema planetario vuestro de hoy, en la velocidad con que se traslada un rayo de luz, que por científico la elimino entre vosotros, pues bien, el sol, con su núcleo incandescente, el sol no desciende, no se posesiona de cada cuerpo de por sí para darle aquel rayo, aquellos subrayos que sean menester para vivificarlo, darle calorías, darle energía, darle vida en general, sino que desde su sitio le da lo que es menester. Asimismo, esos seres que bien pueden compararse ya con todos nosotros, y sobre todo con vosotros los encarnados, a un sol, al recibir desde el sitio donde se hallan, al recibir la llamada, sea en un mundo, sea en el espacio, sea en un sol, desde donde se hallan por años y años de luz, que digan vuestros astrónomos terráqueos de distancia en que se encuentren lejos, de donde se hallen, repito, les basta dirigir, enfocar su inteligencia y amorosa voluntad hacia el núcleo de la llamada. Ven en el núcleo, en el grupo, si hay alguna mente que puedan utilizar por escribiente o parlante, y si así es, fijaos bien, desde donde se encuentren, focan cual un foco eléctrico de la tierra foca su cono de luz en un sitio determinado u otro. Pues bien, el sér en cuestión foca por su voluntad inteligenciada, amorosa, aquella mente, aquel cuerpo, lo abriga, su enlace forma todo aquel proceso difícil de explicar en vuestro léxico, más difícil de comprender en vuestra comprensión, para que en verdad se pueda realizar una práctica de mediumnidad parlante, y la sesión mediumnímica es un hecho.

¿Por qué aumentan las dificultades? ¿Por qué hay más peligro? No es difícil esto de comprender. Si hay peligro o inconveniente, estando el sér aquí, calculad el que habrá en los millones de trillones, de sixtrillones de kilómetros, o años de luz, a través de cual distancia el sér foca sus rayos intelectivos amorosos, los intentos que habrá de cortarlos, de desviarlos, de entrelazarlos con otros que vengan a mixtificar, y sobre todo creyendo desabrigado al médium, los ataques que el médium está expuesto a sufrir, subconscientes mentales de lo que llamáis la sombra, etc., etc. Algunos decís: ¡Ah! pero Dios sobre todo. ¡Ah! pero un alma como la de Jesús es capaz... ¡Pobres almas queridas! Dios, que todo lo puede, no hace más que lo que debe, y lo que debe hacer Dios para dar ejemplo a sus hijos es respetar su voluntad, que para eso les dió libre albedrío o libertad. Así Dios lo permite todo, porque todo lo que se puede realizar dentro lo por él creado sabe que al final del ciclo evolutivo será para el Bien. Lo permite todo. Entonces, si lo permite todo, si el mal tiene libertad, eso de que Dios y un alma como Jesús... ya véis que el argumento queda en nada, entonces el peligro, ¿qué será, pues, preciso para evitarlo? He aquí la misión del auditorio. He aquí lo que es menester que tenga el médium. He aquí lo que es menester que tenga el alma animadora del médium. ¡Ah! Os creéis que es lo mismo una práctica de mediumnidad parlante invocando un alma en vida que fué de su categoría, a esas mojigangas suicidas antiespíritas, que también no ha mucho exponían ante vuestra consideración estudiosa sus mismos labios que ahora hago hablar? ¡Media un abismo, almas, de una cosa a otra! Allí se regodean en la piara de su ignorancia fanática estos pobres seres, hasta que puedan despertar; aquí se busca un algo consciente; se busca ser más consciente, y dentro de ese ser más consciente se busca cada vez prestar un poco más de utilidad a la hermana Humanidad. ¿Qué necesita el alma del médium? Tener conquistada en otra vez de su historia de alma lo menester para que un sér de tal categoría la pueda eficazmente utilizar. ¿Qué necesita su forma o cuerpo de hombre, el médium físico? Necesita el plano mental, tenerlo ya en condiciones también para poder actuar: equilibrio, ponderación, armonía, tener muertas ciertas leyes, amortiguadas otras en práctica naciente por lo menos, la de humildad e inmutabilidad, y cuando se reúna este conjunto consciente y anímico, todavía hace falta que el auditorio de carne sepa cumplir con su deber, coadyuvando para ser merecedor. Lo primero que os aconsejo a todos es que os recordéis que estáis en una sesión espiritual, que no estáis en un cine o en un teatro o en un cabaret, porque de eso que acabo de nombrar, al misticismo de una sacristía o de un templo católico o del que sea doctrinario dogmático ultra-material, media un abismo. No, yo no os pido una fanática atención; yo no os pido un misticismo a *outrance*; yo os pido una serena atención, una fraterna unión y un quietismo de los

cuerpos. ¿Por qué moverse tanto? ¿Por qué cambiar tanto de silla? ¿Por qué ir a beber agua a cada instante? ¿Por qué ir a cada momento a otro sitio, quizá sin gran necesidad en ley de comodidad? ¿Por qué? Descontemos las verdaderas orgánicas necesidades, que son fuerza mayor, pero aún éstas pueden hacerse sin ruido, suprimiendo movimientos, ruidos de pisadas, con una respetuosa atención mental, lamentando el tener en aquellos momentos que molestar a los demás. ¿Qué pasa con la piedra que se tira en un lago, cuya tersa superficie parezca de cristal? Por pequeña que la piedrecita sea que tiréis, ¿qué pasa? Que rompéis el cristal, que alrededor de la piedra, de la herida que habéis hecho se forme como un halo, como un círculo, y este forme otro, y va ondulando y corriendo, y llega hasta los bordes del lago, quedando perturbado por la piedrecita agresora aquella toda la superficie líquida del lago y la que no se ve también. Pensad que el que habléis al vecino, el que le déis con el codo, el que os mováis de la butaca a cada instante, que vais a daros la comodidad del agua a cada instante, será no la piedrecita, la pedraza que rompa el cristal terso y unido que deberíais formar el auditorio que tiene nada menos que la pretensión de que venga su Maestro, su esencia por lo menos, su influencia, desde donde se halle, a iluminarnos a todos, a enseñarnos una vez más cómo hemos de vivir la vida.

Poned, pues, de vuestra parte lo que muchos llamaréis el sacrificio de estaros quietos, y así cooperaréis a lo que el alma del médium y el cuerpo del médium van haciendo, queramos formar aquel conjunto armónico lo más posible alrededor de este aglutinante de carne, para que la llamada pueda ser atendida y por lo tanto la ignorancia toda iluminada, y ahora advertidos ya, ahora, dando satisfacción a la demanda de esta alma, de esta mente y de algunos más de vosotros, también yo elevo mi pobre pensar y sentir al alma que animó el cuerpo del Crucificado por la ignorancia terráquea y le digo sencillamente: Hermano, Maestro, donde te halles, ¿qué importa dónde?, en el nombre de Dios, que nos creó a todos, por amor a esas almas que en la carne tengo el deber de aconsejar y un algo dirigir, sumándome a su demanda, a su necesidad, si crees que existe, a su demanda, te digo: ¿Querrás también hoy darnos a todos una chispa de tu experiencia de este mundo que fué para ti un gran taller? ¿Querrás darnos también hoy una prueba de tu amor? Si es así, que Dios te lo premie, hermano. Si por falta de merecimientos en los peticionarios no pudiera ser, dáte por agradecido tu intento, aunque no lo hubieses entonces podido realizar. Nosotros pedimos y en Dios nos afianzamos, nos declaramos ignorantes ante ti. ¿Quieres venir a iluminar nuestra ignorancia?

...Siempre el mismo, sin dejar de progresar.

...De acuerdo. Que El te lo premie.

...Así será.

No desunáis vuestra atención, almas con carne, no os fanaticéis, no queráis ver lo que no podréis ver. Cedo lentamente mi sitio en este cuerpo, para que sin perder el trance otra influencia muy superior a la mía lo pase a ocupar.

(Continuará)

PENSAMIENTOS

El amor todo lo sublimiza y eleva.

* * *

Amar es sufrir, mas qué importa, en el mismo dolor hay goce ya que ello nos demuestra que tenemos sentimiento, que tenemos corazón.

* * *

Vivir sin amar es vivir muriendo.

* * *

¡Bendito sea el sentimiento que une a las almas en el más hermoso y dulce de los lazos, el amor!

Tal es el poder del amor, que a su influjo, lo que nos parecía yugo insoportable se convierte en cadenas de perfumadas flores.

* * *

El amor verdadero, es un sentimiento tan sublime y divino, que los humanos lo comprendemos muy poco todavía.

* * *

Cuán cierto es lo que dijo Aristóteles: «Es mejor, y más dulce amar, que ser amado.»

HADA LUZ

Abril, 15-1931.

Comunicació medianímica escrivent... pel médium S.

La vida és amor, l'amor és perfecció, la perfecció és harmonia, i dintre d'aquests tres aspectes, essent-ne tan sols un, jo vinc, essent-ne pobre i petit germà, a dar-te per primera vegada el que ja fa estona, has pogut de mi captar.

La carn ja no em fa nosa, la meva vista no es para tan sols en les aparièncics, essent-ne pobre, ja no m'enganya la forma; doncs bé, jo que fins no fa molt havia estat un aimador com ho sóc encara, si bé avui és un grau més elevat, vaig, com he dit, ésser un aimador de l'art, un artista que a l'apreci dels humans ha deixat estela dintre el cant.

Pobre de mi! Què petita seria la meva tasca si tan sols s'hagués reclòs dintre d'aquest aspecte l'art!

L'art és harmonia, però dintre l'art hi ha d'haver-hi el sentir, el veritable sentir, sinó, és com una rutinària execució musical, molta destresa, molta finesa, però buida del veritable sentir, l'arrel emotiva, no vibra, per tant no és més que una execució sense cap més atractiu.

Jo, dintre els aspectes de la vida, vaig sembrarne amor tal com vaig saber, doncs encara que va ésser petit avui encara em fa gaudir, potser us diré que molt més que en la part d'harmonia.

Ah! Animes d'aquest casal, ¡quan es gaudeix, quan veritablement vibra quelcom l'ésser, i al vibrar escampa la llavor que tenint per origen l'amor, el seu fruit no tindrà que fer-ne més que germanor!

Jo vaig viure dintre diferentes facetes de la vida, de cara a la veritat, no era en el que hi cap el nom egoista, pobre de mi, l'amor a l'arbre fruiter, que allà, en aquella vila catalana, vaig establir.

Penseu que el meu ésser gaudeix, sí, de veritat. Voleu més bonic símbol, cantant a la vida? Voleu que sia més veritable, més real cantant al fruit i cantant plantant? Animes que ja compreneu la repercusió certa de la vida, estudieu en mi, avui que la llei m'ha apropat a la ment que faig escriure, estudieu en una tasca, no l'imiteu, mes sí us diré: planteu cantant que tot és vida, i jo us dic, no es fa pas res, doncs els plançons amb més bons cantants fan més florida. Absorviu el símbol d'aquest cant que no té fronteres, que no crea partits, que a la vista canta en el símbol de l'arbre florit.

Ah! Si sabessiu el què em fa sofrir, al veure que recordant la meva obra, aquesta pobra humanitat, aquests pobres germans de la terra catalana, que allà, encara no fa moltes hores encenien de paraula el meu record, un sens fi de mots brillants, però jo que no miro el que diuen els llavis, que llegeixo dintre els cors, us tinc d'ésser sincer, que poc em féren gaudir, imitar, engrandir, portar a terme la meva tasca, quines peroracions, quins ademans, quins crits, excitant els ànims del poble, pobres germans, pràctica de fariseisme, embolcallant-se, més i més, pobres desgraciats, no com-



FRANCISCO VIÑAS

que fué popular tenor y el fundador en el pueblo de Moyá, de la Fiesta protectora del árbol frutal

prenen que la tasca es segueix amb esforç i sacrifici, i no amb la trompeta de l'eloqüència, alceu la mirada, si, sense abaixar els ulls, no sigueu més hipòcrites, alceu els cors, enceneu-los amb l'aspiració sana d'establir la germanor, aimant és com es planten els bons plançons que ells, a no tardar molt, donaran la flor, i després, fruit de perfecció, no és la parla qui instrueix i regenera, és la pràctica la veritable eina que us farà gaudir, no aquí, en aquest mon terra, sinóací a l'etern destí.

¿Quin dia serà que deixaràs les teves rutinàries pràctiques? Quin dia cercaràs al respectar sembrar? ¿Quin dia esperes agafar l'eina i anar endavant, per obrir-te pas? ¿No veus que la vida et crida sempre? A ella tens de mirar, no a la fosca

i tenebrosa obra que tots, uns més que altres aneu i vàrem sembrar.

Si jo per la terra ara estigués, no seria igual que vaig ésser ; la meva tasca canviaria, si bé seria de millor profit ; avui comprenc la vida en un caire més enlairat ; avui el meu ésser vibra sentint l'harmonia de l'univers.

¿ Què són les harmonies que Wagner, per la terra creà, ni tots els mestres dintre l'art musical ? ; si escolteu les harmonies siderals, s'esfumen aquelles com per encant.

Animes de la terra, no adoreu, no, que jo no cerco les flors més xamoses, ni de més bonics colors ; jo cerco dintre els humils un caliu, dintre els infants una lliçó, dintre la vida l'eterna cançó per enlairar-me amb perfecció. Amor és el que tens d'aspirar, acumular, home de la terra, deixant a part, el que sigui inconfessable i envolcallador, mirant l'aurora d'aquesta vida, que no castiga, si bé amor donà ; alceu la vista a més alçària, alceu el cor, que jo, petita flor de la vida, us dono la meva essència i el meu pobre amor.

I a vosaltres, arbres que formeu dintre la humanitat branques de fruit, que ben madurat, quanta energia, quanta veritat arreu donaràs, no us deixo, no, també m'apropo a estudiar. Si sóc tan pobre dintre el gran que tinc d'ésser...

No us deixo, no ; en tots moments amb vosaltres estudio, quant m'heu servit per esclarir el meu estat ; ací he rebut no la llum sagrada, perquè ella l'ànima la porta des que neix, mes si m'haveu donat la suau harmonia que m'ha fet comprendre millor.

No us perdo mai de vista i quan us veig dintre vostra petitesa cercar l'essència i donar amor, quan em feu estudiar i comparar, més valor té davant de Déu la vostra pobresa dintre l'Art, que aquell doll que vaig donar a la humanitat.

No pareu, que promet moltes coses el vostre arbre ; és l'arbre on s'hi poden reforçar els cors, donant-los-hi vida, que és amor.

Gràcies corals us dono, i a tu, brau hortelà, que saps plantar plançons, i també saps esporgar, et dono la meva vibra, pobre i sincera d'un germà, que per la terra fou cantor.

Amor és vida, la vida és perfecció, la perfecció és harmonia, i tots tres punts són un sol punt i en ells hi ha la meva eterna aspiració.



RUINAS DE HELIÓPOLIS. - De Heliópolis, la celebérrima ciudad del sol, fruto del genio helénico en tierra siria, sólo quedan unas ruinas que el tiempo va dispersando. En aquel lugar existe actualmente un villorrio de unos dos mil habitantes



La obra no es más que una charla de amistad entre los cuatro que la representan, y exponiendo cada uno su manera de sentir respecto al Cenáculo «El Progreso del Alma», dando todos su punto de mira según su manera de ver.

(Continuación)

F. — A mí me va admirable, J. Ya sabes que soy partidaria de la obra por medio de la actividad, no soy oveja ciega ni tampoco atolondrada, soy amadora, en mi grado, de todo lo que realiza el Cenáculo.

M. — ¿De todo? Me parece que concedes demasiado.

F. — No concedo demasiado, todo me gusta, lo que el Cenáculo realiza, a pesar de no gustarme en varios puntos lo que hacen los que concurren a él, pero, ¿qué os parece el sentir que J. ha expuesto?

S. — A mí me gusta, si bien sé que para realizar esto que, así, en su decir, ha expuesto, se necesita constancia, voluntad y mucha conciencia de lo que se ha de hacer, sabiendo a dónde se debe llegar.

J. — Estas son las herramientas que, a querer, podemos utilizar, hoy las tenemos en pequeño desarrollo, a más esfuerzo, más y mejor las sabemos manejar.

M. — Sí, J., sí, así lo comprendo que es y ha de ser nuestro anhelo, sería lamentable que lo que hoy avanza a través de tanto esfuerzo, tuviera que derrumbarse faltando el maestro.

F. — Sí, hemos de querer engrandecerlo a la vez que dar muestra de lo que es el Cenáculo, «El Progreso del Alma», el que tanto es incomprendido, pero esto no importa, la práctica de nosotros ha de esclarecer el parecer irreal del profano.

J. — Bueno, ahora tú, S., ¿qué concepto y aspiración es la tuya?

S. — Mi concepto, mi aspiración, mi anhelo es el de semilla del sembrador que, volando al viento del amor, ayude a engrandecer la hermosa cruzada.

Mi anhelo, aceptando lo de J., es el de ver a los alumnos del Cenáculo conscientes, dando buen ejemplo, siendo, a pesar de ser pequeños, carteles que demuestren estudio, que extirpando el fanatismo, la lepra infecta, enseñen la claridad con optimismo, viendo sólo una cosa que detiene, que ciega, que obstaculiza, y es: el incumplimiento del deber, sombra que hace envolver, que ciega, y que, por lo tanto, envuelve al sér.

Hemos de querer, así yo creo, ser optimistas, anhelantes y defensores de la fraternidad y justicia, por medio de ella misma, no ser los pretenciosos ni los científicos, que si bien creo que en todo se ha de estudiar, más prefiero la práctica suave, pero intensa, del eterno verbo amar; yo creo que es el punto cardinal, el sol eterno que brilla con vivo fulgor, pues a mi ver, sólo el amor disipa la ignorancia, y a través de su práctica, se co-

noce la eterna ciencia, que unida al amor hace al sér consciente y amador.

Aquí, en el Cenáculo, he aprendido todo lo que hoy sé, él ha sido y es mi aurora en el comprender a Dios. Yo en mi ignorancia, cuando nada verdad conocía, le negué, sí, porque en mi ver, a pesar de ser niño, el ejemplo, en principal de la religión católica, siempre creí que por ser todo una mentira, puesto que no podía aceptar sus dogmas, no era razón de ser que existiera un Dios, al menos como ella lo demuestra.

Hoy olvido aquéllo, y sí creo en esta sana influencia que da armonía, suavidad y amor en todo, y así comprendiendo, mi anhelo es de ser un obrero de la obra y un precursor de ella, si así lo deseo ser. Anhelo paz, y creo que ella ha de ser nuestra aspiración, pues a mi diapasón, la defenderé con el alma del amor, que en nuestro Cenáculo he podido aprender; la paz es mi anhelo, uno de los que más intensos siente hoy mi sér; sí, la paz, la armonía y la fraternidad, que, en una palabra, es el amor, encierra mi aspiración, mi sentir y mi punto de mira, en el eterno diapasón, que dice perfección. Aquí tenéis una chispa, no de elocuencia; mi sentir no lo sé bien demostrar con las palabras, mas...

M. — Te comprendemos tu aspiración.

F. — Sí, así, así hemos de obrar todos por la paz y el amor.



EXCURSIONISTAS DEL CENÁCULO — **1.° de MAYO de 1933**

En la Fuente de "Can Ganchet" (San Cugat)



En San Baudilio (5 Agosto 1934)

SOMBRAS

¡ Plácido arroyo que armonioso
por entre flores corres fugaz !
¿Dónde está el término de tu camino?
¿De dónde vienes? ¿ Adónde vas?
Siendo tu senda la más florida,
siendo tu linfa libre cristal,
siendo tú espejo del mismo cielo,
dime, ¿no sabes a dónde vas?
Siendo mi senda la más florida,
siendo mi linfa libre cristal,
siendo yo espejo del mismo cielo,
sé... que mis pasos van hacia el mar.
¿Pero *Tú* siendo la misma ciencia,
Tú que los astros sabes borrar,
Tú que los mundos medir consigues,
Tú que caminas con ciego afán;
Tú, en fin, la obra más acabada
que el Ser Supremo logró formar,
¡ Tú... ! ¡ El Hombre !... acaso podrás decirme
de dónde vienes y a dónde vas !

S. R.

J. — También estoy de acuerdo con tu sentir.

S. — ¿Cómo no hemos de estarlo, si sólo es este sentir el único que nos anima a los seres cuando viven la vida conscientes?

Mas ahora tú, M. ¿Qué nos dices sobre la obra del Cenáculo?

M. — He de deciros que me atrae en verdad la obra que va realizando el Cenáculo; en mi apreciación la considero muy eficaz y única, para poder encaminar a las almas encarnadas a una vida sencilla, apacible, llena de naturalidad, llena de paz; este romper moldes antiprogresivos para las almas que nuestro hermano director inculca a sus discípulos (mejor diré a todos nosotros), me satisface sobre manera; porque yo también considero que es la manera de poderse librar de esta lenta agonía, que, en cierto modo, representa la vida del humano en la tierra. Esa especial característica de austeridad que aquí se persigue es de admirar y como yo también soy del parecer de aquello, «Por el fruto los conoceréis», he aquí que el fruto de nuestro hermano B..., me hace admirarle, y hasta os diré que voy sintiendo en mí el deseo de imitarle en su actuación. Naturalmente, que teniendo en cuenta la individualidad y mi graduación, que sé que no hay dos casos iguales, y si al querer imitar su labor, pretendiera seguir todos sus movimientos, pongo por caso, esto no sería imitarle, esto sería un gran fanatismo, y entonces,



En Llisá de Munt (1.° Mayo 1934)

¡ ah ! ¡ pobre maestro ! Ya sabemos que es lo que más dolor le ocasiona, claro que la lástima mayor se ha de tener al que así se equivoca.

F. — ¡ Cuántos son los que se creen imitar y sólo siguen lo que no comprenden, dando los frutos, así, del mal ejemplo !

M. — Es doloroso para el sembrador que pone todo su esfuerzo y amor en esparcir la semilla, y luego no fructifica como él desea, sino que, por el contrario, podríamos decir, aunque no sea, que se pierde... Pues, no, no ; además, yo entiendo que seguir a un maestro es entresacar su ejemplo, su enseñanza y aplicárselo a uno mismo, dentro su actuación, dentro de la faceta que uno actúa en la vida, es decir dentro de su caso especial ; habiendo formado, claro está, previo conocimiento, por haberlo estudiado primero, que aquello le conviene y puede beneficiar en el curso de su progreso.

Bueno, sigamos dando el concepto que me merece la obra del Cenáculo, que sin darme cuenta cambiaba de rumbo.

J. — Es que por donde uno extiende el vuelo, siempre se halla substancia y motivo para expresar su sentir. ¿ No es esto ?

M. — Sí ; pues, como venía diciendo, encuentro muy ejemplar la intensidad de trabajo y de las diferentes ramificaciones que ya tiene extendidas, todas ellas encaminadas en bien de la esclavizada humanidad.

Es, además, muy halagüeño y esperanzador que a pesar de la labor, como digo, intensísima que ya se realiza, todavía hayan las sanas aspiraciones de innovar constantemente en calidad y cantidad, las dichas ramificaciones del árbol Cenáculo. Esto, a mi modo de ver, es lo más atractivo y admirable, porque demuestra que no se siguen fórmulas exclusivas ni predomina la agravante y detestable rutina, cosa ésta por cierto bastante habitual en el campo llamado espiritista.

F. — No me hables, que me pone triste al contemplar el campo donde la luz de la razón irradia, y casi no existe más que la rutina, que el dogma ; tantos frutos, tantas pruebas, para darlas, como así se da la mayoría de las veces, al olvido, sólo brillando la sabiduría de nombre en el hablar y aconsejar.

Sigue, M., que cortaba tu relato.

M. — Y por seguir dando el mal ejemplo que dan, es la causa de que el espiritismo, o mejor dicho, el tal nombre espiritismo, se vea tan desprestigiado por la pedantería de los llamados científicos espiritistas ; pero en fin, corramos un velo a todo esto y sigamos con lo nuestro.

Resulta, pues, muy optimista al escuchar de nuestro director en la carne, cuando refiriéndose a la obra del Cenáculo, dice : que lo que se lleva realizado es nada con lo que se llegará a realizar, que solo se está al empezar. ¿ Verdad que es esperanzador, a la vez que encierra un mundo de sabiduría ?

S. — Y cree M., que no es más que una verdad ; si tú hubieras podido, como nosotros, vivir unos años atrás en la obra, verías que no es más que una verdad tal vaticinio. ¿ Verdad, F. ?

F. — Sí, M., esto da coraje y valor, cuando se anhela ser un algo sembrador.

M. — Claro que podría decirse que esas aspiraciones son de todos los que están al frente de cualquier centro, sea del orden que sea, pero esto, para los que tenemos la fortuna de conocer al hermano B... (porque no deja de ser fortuna el poder seguir la trayectoria que va trazando el Cenáculo, que es obra del hermano B...). Pues, a los que un algo le conocemos, digo, no nos detiene la duda en tal sentido, porque sabemos la eficacia de sus propósitos.

Es, en fin, el Cenáculo «El Progreso del Alma», bajo mi punto de vista, una cátedra donde se pueden cursar los estudios para poder vivir conscientes dentro de la vida ; porque en realidad, hoy no se vive, lo que hace la humanidad es moverse en un círculo vicioso, ficticio, creado por su inexperta y pobre imaginación, y aquí se dan los conocimientos para saber desembarazarse de las maléficas rutinaciones, para salvarse del cenagoso abismo y prepararse para entrar en esa grata y divina vida espiritual, y todo ello sin misticismo antinatural, sin misterios, sin célebres apariciones...

J. — Tan abundosas en el espiritismo.

M. — Sinó por medio de sencillos y convincentes razonamientos, dándole el carácter de normalidad, como en realidad lo es. Es ésta la forma de enaltecer el Espiritismo, la que yo acepto a mi comprensión. Esta divulgación del Espiritismo, a mí me encanta, por ser a lo que yo aspiraba antes de conocer el Cenáculo ; es decir, es

mi propio sentir. ¿Qué más podré agregar? No debo referir que soy un entusiasta admirador de la obra, puesto que ello lo manifiesta el que soy un adepto (a mi manera, claro está), y dentro mi graduación, tengo mis aspiraciones y deseos de coadyuvar al engrandecimiento del Cenáculo.

F. — ¿No encuentras nada que no te dé satisfacción dentro de él?

M. — Sí, y en honor a la verdad, he de deciros también que encuentro algo en el Cenáculo que no me agrada, sin que esto quiera deshacer nada de lo que he dicho anteriormente, pues, a lo que me quiero referir, ya lo desconté de antemano, y, además, considero que un maestro o instructor, como quiera llamársele, no tiene la culpa de hallar entre sus discípulos quienes tomen las cosas completamente al revés de como él las dice; ya veis, pues, que aunque diga que encuentro algo dentro del Cenáculo, que no me agrada, no es precisamente que esté dentro, porque si no siguen los consejos del director, éstos no son del Cenáculo, pero están dentro y parece que lo sean.

Bien pues, me refiero a esto tan manoseado de la «sombra»; yo en cierto modo diría, a esa comodidad, porque nada le es más acomodativo y satisfactorio al sér humano, que el dar la culpa de su mala obra a cualquier que sea, lo importante para él es: no reconocérsela en sí mismo; porque es una verdad lo que decía Amalia en uno de sus escritos «Que nadie tiene más afán de parecer bueno que el que no lo es».

Y con esto de la sombra tienen una buena solución todos aquellos que se hacen la ilusión de que se esfuerzan y que son unos fieles luchadores, y como no es más que una ilusión, al tocar las consecuencias de cualquier equivocación, dentro nuestra vida cotidiana — que es donde primero hay que esforzarse para imponer la espiritualidad—, y que por ser equivocación, digo, nos ocasiona contrariedad, he aquí que para estos que no quieren ver que la culpa es de ellos les resulta a maravilla la creación de tal sombra, para que haya quien se encargue de tener la culpa.

J. — ¡Qué poco fruto sano dan los muchos que así obran en el campo espírita!

Mas, sigue, M.

M. — He dicho la creación de la sombra, y yo creo que estoy en lo cierto al decirlo así, porque para mí no existe más sombra que la de todos los mortales — unos más que otros y salvando las excepciones—, llevamos dentro de cada uno, pues, ¿qué mayor sombra que lo que representa la ignorancia de cada uno de por sí?

S. — De acuerdo, M.

M. — Tampoco quiero decir, al afirmar de esta manera, que no existan ciertas formas astrales que sean capaces de convertir a mentes humanas en verdaderos «Arlequines tirados del cordón», no, esto no, pero esto yo creo que ocurre, cuando la mente no repara en ciertos pensamientos y siguiendo los impulsos — propios en casi todos los humanos—, se quiere lanzar a la realización de tales pensamientos, sin haber estudiado, ni ligeramente, yendo a remolque de su impropia voluntad, pero aún en este caso, no creo que se le deba llamar «sombra» a esta causa, porque sigo creyendo que la sombra fué nuestra al no saber hacer el debido uso de la inteligencia de que todos estamos dotados.

Cuando Dios, con su amor infinito, nos acerca esta ley de obstáculo para ponernos más a prueba en bien de nuestro progreso, no sabemos vencer.

Porque si Dios es todo luz y amor y no podemos aceptar que nos destine tormentos, no puede, como digo, crear sombra alguna, sino que yo veo claramente que es una ley opositora, para que en verdad tenga algo de meritorio nuestro trabajo, si es que hemos sabido darle la apreciación que merece y sabemos también hacernos superiores a esas contrariedades, que hallamos por nuestro propio bien.

(Concluirá)

Todo médico o instructor naturista que lo sea en verdad, jamás se prestará a recetar ni aconsejar el consumo de los llamados "específicos naturistas", se limitará siempre, en dietética, a aconsejar el comer alimentos sencillos y de origen y estado absolutamente natural. También se sabrá abstener de colaborar en las mal llamadas revistas naturistas que publican anuncios de venta de tales perjudiciales "específicos", y no habrá "razón" ni "argumento" que esgriman los editores de tales libelos que les puedan convencer, para seguir colaborando en las columnas de tales publicaciones.

Por el fruto los conocéis, dijo Jesús, pues los que prosigan su colaboración, más claro ni el agua.

MACROCOSMO

NUESTRO





NATURISMO

EL NICOTISMO DEGENERADOR

(Conclusión)

Explosión de una pedrera

En el silvestre, próximo al Hotel Internacional, trabajaban varios operarios en la colocación de minas para la explotación de una roca, cuando uno de esos hombres, por descuido, dejó caer sobre la pólvora una colilla de cigarro, lo cual motivó la explosión de la carga.

Del accidente, resultó salir quemado, el trabajador J. dos S., de color negro, con 31 años de edad, soltero, brasileño, residente en la calle Petrópolis, 361.



Dr. N.-B.- De la Cruz Roja Argentina

J. S. fué curado en la Asistencia y recogido en la Casa de Salud.

Casos como este pasan todos los días, en todas partes y todavía nos recordamos de otro caso: un incendio en las calles Merechal Floliano Peixoto y Ourives, en Río de Janeiro, que por una punta de cigarro tirada al suelo y olvidada, quemó totalmente el edificio, muriendo quemadas seis personas, entre ellas cuatro menores.

Por causa de ese maldito vicio de fumar, muchos desastres han acontecido en todas las ciudades del mundo.

¿Cuántos desastres de automóviles han acontecido por causa del cigarro?

¿A cuántas víctimas ha llevado a la sepultura el maldito cigarro?

La salud pública bien podría prestar un gran servicio a la patria, prohibiendo fumar en los lugares públicos, y sería esa la primer medida de profilaxis para combatir las tan terribles enfermedades, que invaden todo el mundo y que tantas vidas arranca del seno de nuestra sociedad, que es la tuberculosis y la sífilis.

Porque generalmente el fumador escupe en cualquier sitio, sin consideración alguna y de esa forma los fumadores se prestan como vía de conducción para la propaganda de la enfermedad, porque la expectoración una vez seca, se esparce en polvo por la atmósfera, contaminando a los predispuestos a la tuberculosis.

También la salud pública debería ordenar la prohibición de fumar en los salones comedores de los hoteles y restaurantes, en los coches, carruajes, cines, bibliotecas y reparticiones públicas, por cuanto es a ella a quien corresponde hacer leyes

sobre la profilaxis social en bien de la salud pública.

M. H. publicó un caso de un muchacho que murió después de fumarse dos pipas seguidas.

De un diario de Rohan, saqué la siguiente noticia:

Un muchacho de 20 años, murió en la ciudad bárbaramente envenenado, como consecuencia de una apuesta que con otro joven hiciera de fumarse 50 cigarrillos seguidos. Como se puede ver, lo costó la vida esta imprudente apuesta.

Hace solamente 3 años y medio, tuve la oportunidad de observar un triste y lamentable espectáculo. Un joven de 10 a 12 años de edad que un guardia recogió en la calle, donde se encontraba en el suelo sin sentido. Yo indagué la causa, pero no me supieron responder; entonces me acerqué al joven e inmediatamente comprendí que la causa de estar en la calle tirado, era el maldito tabaco, pues la boca le olía a tabaco, presentando todos los síntomas de una intoxicación; sin embargo en ese mismo instante, las personas que rodeaban al pequeño, estaban todas ellas fumando, unos cigarros, otros puros y hasta la fétida pipa; pues no vi una sola persona que no tuviera encendida su terrible chimenea, como para concluir de envenenar al pobre joven, víctima del vicio que sus propios padres y los hombres le transmitieron como patrimonio de la degeneración de nuestra joven raza, el trono del vicio, para reinar en el infierno de la civilización actual.

En los tranvías no se debe fumar, ni en los cines o salas de espera, pues además de ser antihigiénico, no se cumple con las ordenanzas municipales, que forman parte de las leyes de cada nación.

Además, se debería prohibir fumar en los tranvías, y ni siquiera en las plataformas, pues los pasajeros que no tienen este vicio, no están obligados a envenarse con el humo de los pestilentes cigarros, puros o pipas, pues muchas distinguidas señoras fueron víctimas de la imprudencia de los fumadores, como ocurrió no hace muchos días, antes de ser impresa esta obra, que fué quemado el vestido de una señorita que viajaba tranquilamente, siendo sorprendida por el fuego de su ropa.

Los mejores cigarros, puros o pipas, para entretenerse en los tranvías, son un periódico o un libro, donde se encuentran ilustraciones, en vez de cultivar el vicio. Los que fuman, solo encuentran miseria, enfermedades y la muerte prematura, cargando la atmósfera de humo venenoso, lleno de ácido prúsico, capaz de matar a las inocentes criaturas que frecuentemente encontramos en los teatros, cines, ferrocarriles, y por último envenenan a sus familias enfermando a sus hijos.

PECADO ES FUMAR, COMO ES BLASFEMAR.

Dr. N. B.

Miembro de la Asociación Brasileña de la prensa; Instituto Neopitágora de Curityba; la Cruz Roja Argentina. En campaña contra el alcohol y el tabaco. Presidente fundador y organizador de las Ligas antialcohólicas de Santos, Campos, Macahé, Victoria, Bello Horizonte, Juiz de Fora, Barbacena, Barra de Pirahy, Lorena, Guaratinguetá, Paranaguá, Curityba, Punta Gruesa, Unión de Victoria, Puerto Unión, Passo Fundo, Curazinho, Santa María, Cachoeira, Montenegro, San Leopoldo, Caxias, Taquary, Taquara o Mundo Nuevo, Jaguarón, Estrella, Lageado, Santa Cruz, Cruz Alta, San Gabriel, Bagé, Alegréte, Uruguayana, Río Grande, Pelotas, Puerto Alegre, Santa Ana del Libramiento, Río de Janeiro, Nictheroy, Florianópolis, Bahía, Aracajú, Maceio, Recife, Parahyba, Natal, Garanhús, Canhotinho, Las Palmas de Gran Canaria y muchas otras.

Habiendo realizado hasta la impresión de este libro 130 conferencias, combatiendo esos vicios que tanto mal están causando a la humanidad entera.

Reporter especial de los periódicos y revistas del Brasil, Argentina, Uruguay e Islas Canarias.

MENS-SANA-IN-CORPORE-SANO.

Suscripción pro MACROCOSMO. — Suma anterior: 1.962'20 pesetas; Uno, 1; ?., 1'45; Atomo, 1; Una floreta, 0'50; G., 2; E. C. 3; F. E., 8; C. B., 5; J. S., 5; Para una cesta, 10; J. C., 0'50; De Figueras, en sellos correo, 3'30; Suaig-Suaig, 25; Mari-Luz, 10; Mesa, 1'40; R. V., 2; F. Ll., 1; Gandi, 5. — Total, 2.047'35 pesetas.



LOS GRANDES NATURISTAS

SEBASTIAN KNEIPP

EL POPULARIZADOR DE LA HIDROTERAPIA

I

Descritas en números anteriores (1) las vidas y las obras de Vicente Priessnitz, el genio de la Hidroterapia, y de Juan Schroth, el verdadero fundador de la Dietética moderna, corresponde hoy ocuparnos de la gran figura que dentro de las prácticas naturistas significa Sebastián Kneipp, el popularizador del arte de curar por el agua.

Ya, no hace mucho tiempo, publicó esta revista (2) unos cortos artículos que resumían muy acertadamente, a modo de labor que se realiza de paso, algunas características del personaje que en estos momentos va a ocupar nuestra atención; pero, como la finalidad que perseguimos al escribir esta sección de «Los grandes naturistas» es diferente de la que probablemente se mantuvo en aquellos trabajos, no creemos pecar de inoportunos al emprender la obra presente.

Ha dicho un autor: «El nombre «Kneipp» lo encontré ya desde el principio en todas partes. En todos los sitios se habla de las maravillosas curaciones que Kneipp obtiene con su Hidroterapia. En los periódicos diarios, en las revistas de curiosidades, en las publicaciones de Medicina natural y hasta en las revistas médicas oficiales se ocupan con frecuencia de sus curaciones, de su tratamiento y de sus escritos».

Esto mismo podría decir cualquier alemán adulto que viviese a fines del siglo pasado, y con mayor motivo la persona, fuese de la nacionalidad que fuese, que se dedicase a curiosear en las cosas de la Medicina naturista por esa misma época: tanta era la fama que alcanzó Sebastián Kneipp.

Nació este célebre personaje en un miserable lugarejo, perdido entre los grandes prados y los extensos bosques de Baviera, denominado Stefansried, donde vivían sus padres, unos pobres tejedores que mantenían no muy buenamente su existencia con lo que podían sacar de los tejidos y del laboreo de la tierra. El hijo Sebastián vino al mundo el 17 de mayo de 1821.

Como hijo de matrimonio pobrísimo, no serían, a buen seguro, muchas las fiestas que con tal acontecimiento se celebrasen, ignorando, por no ser profetas, tanto los progenitores como los vecinos, que una gloria semejante había venido a nosotros en aquellos momentos.

Al igual que los dos biografiados que le han precedido en esta sección, pasó los primeros años de su juventud en el campo, en plena Naturaleza, ya dándole a la lanzadera, ya laborando las tierras, ya dedicándose al pastoreo. Así, en este ambiente, fué desarrollándose un mozo robusto hasta los 21 años.

No serían estas seguramente sus aspiraciones, cuando, al llegar a la edad citada, decidió abandonar su casa, ya que sus pobres padres, por sus apuros económicos, no estaban en disposición de costearle los gastos que la carrera de cura, por él escogida, había de reportar.

Y aquí empezó una peregrinación angustiosa para el decidido mozo, que inútilmente pasaba de puerta en puerta de sacerdotes, implorando protección para comenzar sus estudios. En más de veinte lugares estuvo, sin obtener otra cosa que algún nuevo desaliento, hasta que, por fin, la buena suerte le guió a la casa del vicario Matías Mercklé, de Groenenbach, quien le inició en el estudio de los asuntos sacerdotales.

Dos años, por lo visto, pasó nuestro aspirante a cura en casa del reverendo Mercklé. Ya un poco talludo para la obra que quería emprender, trasladóse con su protector a Dillingen, para matricularse en el seminario de esta población, lo cual tuvo efecto a la edad de 23 años.

Muchos eran los estudios, algo atrasado empezó el joven y las privaciones serían más bien frecuentes que escasas. No extrañe, pues, que la falta de atenciones y la sobra de esfuerzos condujeran en poco tiempo al pobre Kneipp a un es-

(1) Véanse las colecciones de «Helios», de 1932 y 1933.
(2) Véase la colección de «Helios» de 1931.

tado ruinoso de salud física, en nada parecido al que mostraba aquel mozo rústico de los tiempos sobrios de Stefansried.

En estas circunstancias pasó, en 1848, a Munich, donde intentó cursar filosofía; pero sus fuerzas no llegaban a tanto, y hubo de suspender los estudios. El médico que le asistía — a quien dedica sinceros elogios—, expuso a su padre la gravedad de Sebastián y la opinión de que éste no viviría mucho tiempo.

Cuando a uno se le sentencia de tal modo, ya se sabe qué hace: se acoge a lo primero que, viniéndole a mano, le ofrece esperanzas de resurgimiento. Y lo primero que a las manos de Kneipp vino fué un librito que trataba de las maravillosas curaciones que realizaba el agua fría.

Con respecto a este libro de Hidroterapia se ha escrito mucho y variado. Si quisiéramos someter la cuestión a un análisis detallado de crítica, necesitaríamos muchas páginas para desarrollarlo, por lo cual creemos más oportuno dejar el asunto para cuando llegue en España la ocasión de empezar con seriedad el estudio riguroso de la Historia de la Medicina natural.

Hoy únicamente diremos que, con toda probabilidad, este libro fué el de Juan Segismundo Hahm, que había obtenido muchas curaciones con el uso del agua fría.

Las cosas más insignificantes en apariencia, pueden tener a veces la más trascendental importancia en el curso de los asuntos humanos. El libro, casi incógnito, ya olvidado de Hahm, había de caer en manos del enfermo Kneipp para que éste se curase, para que curase a muchos otros y para que sirviese de grandísimo impulso a este gran movimiento actual, que se conoce con el nombre de Naturismo.

Después de leer con ansiedad singular las para él interesantísimas páginas que versaban sobre la virtud medicinal del agua fresca, decidióse Kneipp a aprovecharse de los beneficios allí ofrecidos, y emprendió una severa cura, en pleno invierno alemán, yéndose a sumergir dos o tres veces por semana, durante unos momentos, en las frígidas aguas del Danubio, corriendo luego presuroso a encontrar la reacción necesaria en su habitación caldeada.

Mal estaría el estudiante de cura, cuando el médico mismo llegó a desesperar de ponerlo sano. El posadero, en cuya casa se alojaba, díjole al padre, que venía a buscarle al final de cada curso: «Esta es la última vez que venís a buscar al estudiante».

Aunque al principio no se viesen grandes resultados favorables con las zambullidas danubianas, la predicción del posadero quedó desmentida, pues al estudiante le restaron fuerzas para ir siguiendo, aunque fuese trampeando, sus estudios, hasta el extremo de que, iniciándose más tarde una franca mejoría, llegó a recibir las órdenes sacerdotales, sin que su salud se manifestase ya resentida de un modo ostensible hasta los últimos meses de su vida.

Se dice que el joven paciente, animado por las sugestivas inspiraciones que daba el librito, y por las agradables consecuencias que observaba en su cuerpo, se constituyó en decidido protector de la Hidroterapia, aconsejándola a sus condiscípulos y a las personas conocidas, con aceptables éxitos iniciales. Tan a broma le tomaron sus compañeros y tanta persistencia mostró en el empleo del agua como agente curativo, que en casa le denominaban, familiar y cariñosamente, «doctor hidrófilo».

Es indudable que, como la aspiración máxima de Sebastián Kneipp de aquellos tiempos era la de llegar a ejercer el sacerdocio, no se ocuparía demasiado extensamente de tratar enfermos; pero si tenemos en cuenta que por mucha afición que se manifieste por un determinado ejercicio, la práctica del mismo deja siempre tiempo libre para entretenerse en otros asuntos, no tendrá nada de particular que el cumplido cura, además de dedicarse durante la mayor parte de las horas del día al tratamiento de las almas, emplease algunos momentos, además, en el tratamiento de los cuerpos.

Esto es lo que veremos en números siguientes.

H. P. G.
médico naturista.

(De «Helios»).

(Continuará)

Solamente son productos naturales los que brinda al terrenal la Naturaleza, lo mismo para alimentar que para curar. Los fabricados por el hombre en sus laboratorios aunque se escondan bajo títulos de relumbrón naturistas, son y serán mientras existan, el áspid venenoso que atento sólo a su lucro inconfesable, no vacila en, a sus posibles víctimas emponzoñar. MACROCOSMO.

CULTURA FÍSICA

Traducido del portugués

Maquinismo perfectamente construído, el cuerpo humano, al introducirle el combustible del alimento necesita de producir trabajo útil para rendir bien.

Ese objetivo se consigue por el ejercicio. Hay un desarreglo completo en el equilibrio orgánico si el alimento es malo o superabundante y no se requieran esos materiales nutritivos convenientemente.



A. de S. — Médico naturista

De la falta de conjugación del alimento y del ejercicio, resultan males sin cuenta para el sér humano.

Generalmente se come demasiado y nos ejercitamos menos de lo que sería conveniente para la economía animal. El mejor ejercicio es el pedestrianismo ventajoso.

Gladstone partía leña. Edison cultivó su jardín. El campesino su tierra. Pero el hombre de la ciudad, agotándose al mostrador, en el taller o en la oficina, trabaja más con el cerebro que con los músculos. De ahí que resulten enormes males que urge combatir. J. P. M... recomienda su sistema de ventajosos efectos. G. H... indica un proceso natural conveniente. De la gimnasia se sacan óptimos resultados. Ling fué un reformador admirable. El pedestrianismo es un proceso de alcanzar vigor. Andar cada día quince quilómetros: que esto de activar las combustiones, subir y bajar colinas, es magnífico para respirar y varios músculos poner en acción.

Trepar a los árboles es también provechoso método. Con las barras de hierro con bolas, también pueden hacerse movimientos útiles, sin abusar.

Para hacer más útil el ejercicio vinieron los deportes al aire libre y en común, felizmente vulgares por el mundo, sobre todo en los países anglo-sajones, con reflejos para los latinos. El amor por el deporte se acentúa. El cricket, el tennis, el croquet, los patines, sobre todo el fútbol, tiene por todas partes muchos adeptos. Hay verdadera y salutífera manía futbolística entre nosotros. Montar en bicicleta y patinar es también bello para la juventud, pero sin querer alcanzar los máximos récords. Todos los juegos al aire libre se recomiendan para los jóvenes: la barra (1), el eixo (2), el escondite y las corridas, etc., son de gran ventaja y mérito. Hay también un ejercicio tan útil como terapéutico: pasear descalzo por la playa con los pies metidos por el agua del mar y en la arena; es tal vez el mejor de los derivativos, el más poderoso robustecedor.

A. de S.
Médico naturista

(1) Juego de dos grupos formados por tres o más personas por grupo, que busca hacer prisioneros a los del grupo contrario, etc., y después rescatarlos, etc.

(2) Juego en que los muchachos saltan sobre otros curvados, etc., etc.; aquellos que pierden se colocan después.



—Pero, ¿se dedica tu hijo a estudiar dibujo?
—Como que en el lápiz ha encontrado una mina.

(De «El Hogar y la Moda».)



ALGUNAS DE NUESTRAS REGLAS FIJAS

Siempre que lo permita el estado del comensal, comer natural crudo

Cuando el estado patológico no lo permita, añadir un plato pequeño al día de cocinado, con sustancias rigurosamente naturales.

Jamás cocinar con especies, ni sal de cocina (cloruro de sodio).

En las ensaladas, crudas, no añadir sal, ni vinagre, y sí aceite de oliva, zumo de limón o ambas cosas a la vez, si no es que se prefiere comerlas sin aliño alguno, por más natural.

No comer pan de clase alguna. (El pan no es una comida natural.)

En todo alimento cocinado, dar preferencia siempre al hervido sobre el frito. (El aceite al freírse, se transforma en ácido perjudicial.)

En todo hervido, hacer que los vegetales absorvan el agua, pues *en ella* quedan la mayor parte de las beneficiosas sales de los mismos. Si queda alguna, beberla antes o después del plato hervido. Es preferible que el hervido sea lento y corto, con el fin de que los *alimentos* conserven lo más posible de su estado natural.

Desterrar de la *culinaria* todo alimento derivado de animal, como huevos, leche y *todos sus derivados siempre nocivos.*

No beber nunca en las comidas, ya las *frutas* y *ensaladas* son *riquísimas* en agua natural.

Dar preferencia a los platos hervidos sólidos, en vez de los caldosos, como sopas a *diario*, etc. para evitar el aguachar (debilitar) los jugos gástricos.

Masticar y ensalivar bien cuanto se coma, para bien digerir.

No comer jamás bajo la impresión de cualquier causa de depresión moral, y sí siempre que se pueda al aire libre, y en plena tranquilidad física y moral.

Al comer, no llegar nunca a la hartura, es preferible quedarse con un algo de apetito. Huír siempre de sentirse en el estómago la sensación de plenitud, que es dilatación.

Empezar siempre toda comida por fruta o ensalada, esto es, crudo natural.

Todas nuestras reglas se concretan en «Comer para vivir», comiendo al efecto poco y natural, en vez de «Vivir para comer», practicando la gula desenfrenada en cantidad y calidad, como hace todavía casi toda la humanidad.

En sucesivos números de MACROCOSMO iremos razonando al alcance de todos, el por qué de nuestras reglas en culinaría natural.

NUESTROS MENÚS

Somos muchos ya los que solamente hacemos dos comidas al día debidamente separadas, para dar descanso al aparato digestivo, no al estómago solamente como muchos se figuran, sino a todos los numerosos órganos que intervienen en la delicada e importantísima función digestiva. Aquellos de nosotros que por la fuerza mayor de tener que entrar al trabajo en hora temprana se ven obligados a realizar la primera comida temprano también, realizan una tercera por la noche, pero a base únicamente de fruta sola y poca. A continuación detallamos un menú, advirtiendo que nosotros, invariablemente, siempre empezamos las comidas por fruta o ensalada cruda, y las terminamos también siempre con alimento crudo completamente natural.

PRIMERA COMIDA

Fruta la que más apetezca al mirarla, manzanas, peras, naranjas, mandarinas, plátanos, en esta época del año, dando la preferencia muchísimos de nosotros a la naranja, mandarina, manzana, plátano y pera, para establecer algún orden de prelación y teniendo en cuenta las condiciones detergentes, oxidantes, energéticas y por lo tanto alimenticias y curativas en general. A seguido, alguna fruta seca oleaginosa, como almendras, nueces, avellanas, piñones, cacahuetes, y coco o coquitos del Brasil, también conocidos por muchos por castañas americanas; dando preferencia siempre a los tres primeros frutos, y desde luego comiendo muy poca cantidad (5 ó 6 piezas) y masticándolas hasta que queden en la boca transformadas en algo así como una papilla, dado lo que cuestan de digerir y por lo tanto para bien asimilar el gran caudal de calorías que producen. Otros aña-

den un vaso de café malta, siempre sin azúcar, y algunos añadiéndole una muy poca cantidad de miel.

Otros, de los que todavía no han dejado por completo el pan, toman un pequeño pan integral, cortado por la mitad, y aliñado con aceite de oliva y jugo de tomate, y algunos pedazos del mismo extendidos por sobre el pan, y desde luego no añadiéndole la mortífera sal.

Con todo lo dicho se pueden combinar muchas primeras comidas del día, quedando satisfechos, pero no hartos se debe procurar.

SEGUNDA COMIDA

Un plato abundante de ensalada cruda y solamente aliñada con zumo de limón, aceite de oliva, o ambas cosas a la vez (siempre sin sal ni vinagre) en el que se debe procurar que jamás falte la lechuga, escarola, ápio, tomate, zanahoria tierna, rábanos, cosas todas que en más o en menos se puede encontrar todo el año; además, siempre que se pueda, berros, pimiento, diente de león, hinojo tierno y hojas de col.

Cuando se vaya ya por el medio plato o cosa así, puede empezarse a comer, mezclándolo, esto es, alternándolo, un plato de hervido, los que no son crudívoros todavía del todo en su yantar.

Arroz «pillo» al estilo mallorquín. — En cazuela, de tierra mejor, se colocará aceite de oliva, sin refinar; cuando éste hierba, se le añadirá cebolla en abundancia y trinchada bien pequeña así como un ajo, también trinchado, procurando vaya hirviendo hasta volverse bien dorado; entonces se le añadirá abundante salsa de tomate que deberá a su vez, volverse bien sofrito como lo demás. En tal momento se añadirá, rodanchas de patatas, no muchas, y judías tiernas verdes, tampoco en gran abundancia, procurando sean las patatas de buena calidad y las judías de tipo fino que de ser no muy largas, que son las preferidas, no se cortarán. Deberán hervir hasta quedar semicocidas, en cuyo punto se le añadirá aquella cantidad de agua caliente que sea menester, para hervir el conjunto formado, por lo que se lleva dicho, más la cantidad de arroz que quiera cocinarse. A seguido se añadirá el arroz dejando hervir el conjunto a fuego lento hasta obtener aquel grado de sazón en que el arroz y lo demás estando hervido se haya bebido el agua. No se pone sal, no porque lo diga MACROCOSMO, sino porque ya es sana y lógica conducta en aquel cocinar.

TERCERA COMIDA

Para los que se ven precisados a verificarla, únicamente podrán comer un par de frutas de su predilección.

Y dejando a nuestros lectores, muchos de ellos confusos con el estudio de nuestra manera de comer y cocinar, les deseamos obtengan buen resultado en sus estudios, o sea que sepan decidirse a romper moldes y sentencias naturistas por científicas que se puedan anunciar, para refugiarse sencillamente en lo más verdadero, que habrá de ser siempre lo más natural.

SEMI-EPICURO



GLORIAS DEL NATURISMO

A título excepcional, y para complacer a nuestros consecuentes camaradas M. J. G. y su digna esposa, de Elda, publicamos gustosamente la copia de la hermosa fotografía que nos remite, en la que resplandece la belleza y el armónico desarrollo de su prole, constituída por sus hijas Josefina, Elia y Lolita, de 9, 8 y 6 años, y del pequeño Pedro, de 4, respectivamente.

Ninguno de ellos ha ingerido nunca restos cadavéricos de especie alguna, y con la alimentación natural y el frecuente contacto del aire, del sol y del agua, así como en el vivaz ajetreo de sus juegos, hacen diario acopio de energías, prometedoras de una larga vida en envidiable euforia.

Agradeciendo el recuerdo, damos nuestra efusiva y fraternal enhorabuena a los dichosos padres de tan lindos capullos naturistas, deseándoles completen su admirable obra, en lo que al espíritu y la inteligencia concierne, realizando el aforismo que dice: *Mens sana, in córpore sano.*

Que cunda el ejemplo, con permiso de la Medicina oficial.

(De «Helios», de Valencia)

VALOR TERAPEUTICO DE LOS PIÑONES

1.° Los piñones son ligeramente oxidantes, y obran, por tal concepto, como purificadores de la sangre.

2.° Son especiales en toda clase de enfermedades de los pulmones, especialmente tomándolos en forma de horchatas. Sin embargo, en estos casos, deben de emplearse con mucha moderación, debido a la gran cantidad de aceite que contienen.

3.° En los casos de bronquitis y de asma, en forma de horchatas, los piñones tienen un gran valor medicinal.

4.° Son útiles en los casos de enfermedades intestinal, tonificando, además, estos órganos.

(De *Naturismo Trofológico*)

BIBLIOGRAFIA

EL POR QUÉ DE LA VIDA

(Continuación)

Distancias espantosas nos separan y por esta razón nos parecen simples puntos luminosos. Pero dirige hacia ellos el ojo colosal de la ciencia, el telescopio, y distinguirás sus superficies semejantes a océanos de llamas. En vano procurarás contarlos, se multiplican hasta en las regiones más remotas, confundiéndose en la profundidad como un polvo luminoso. Mira también en los mundos cercanos a la tierra dibujarse los valles y los montes, ahondarse los mares y moverse las nubes.

Reconoce que las manifestaciones de la vida se muestran en todas partes, y que un orden formidable une bajo leyes uniformes y en destinos comunes a la tierra y a sus hermanos los planetas errando en el infinito.

Considera que todos estos mundos habitados por otras sociedades humanas, se agitan, se alejan, vuelven a cerrarse impulsados por distintas velocidades, recorriendo órbitas inmensas, que en todas partes el movimiento, la actividad, la vida, ofrecen un espectáculo grandioso. Observa nuestro globo mismo, esta tierra, nuestra madre que parece decirnos: Vuestra carne es la mía, ¡vosotros sois mis hijos! Observa a esta gran nodriza de la humanidad, contempla la armonía de sus contornos, sus continentes, moldes donde han germinado y crecido las naciones, sus vastos océanos siempre en movimiento; sigue la renovación de las estaciones revistiéndola alternativamente de verde follaje o de rubias mieses, contempla los vegetales, los seres vivos que la pueblan: aves, insectos, plantas y flores, cada una de estas cosas es obra de un cincel maravilloso, una joya del estuche divino. Obsérvate a tí mismo, vé el juego admirable de tus órganos, el asombroso y complicado mecanismo de tus sentidos. ¿Qué génio humano podría imitar esas delicadas obras maestras, el ojo y la oreja?

Considera todas estas cosas, y pregunta a tu razón y a tu juicio, si tanta belleza, tanto esplendor, tanta armonía pueden resultar de la casualidad, o si no es más bien una causa inteligente la que rige el orden del mundo y la evolución de la vida. Y si me objetas las plagas, las catástrofes y todo cuanto viene a turbar este orden admirable te responderé: Sondea los problemas de la naturaleza, no te detengas en la superficie, desciende al fondo de las cosas y descu-



León Denis

brirás con sorpresa que esas aparentes contradicciones no hacen más que confirmar la armonía general y que son hasta necesarias al progreso de los seres, que es el fin supremo de la existencia.

Si Dios ha hecho el mundo, replican triunfalmente ciertos materialistas, ¿quién ha hecho a Dios? Esta objeción no tiene sentido. Dios no es un sér que se añade, a la serie de los seres. Es el sér universal sin límites en el tiempo y

en el espacio, de consiguiente infinito y eterno. No puede haber ningún sér superior ni igual a él. Dios es la fuente y el origen de toda vida.

Por él se ajustan, unen y se armonizan todas las fuerzas individuales que sin él estarían aisladas y divergentes. Abandonadas a sí mismas y no estando regidas por una ley y una voluntad superiores, esas fuerzas sólo hubieran producido caos y confusión. La existencia de un plan general, de un fin común en los cuales toman parte todas las potencias del universo, prueba la existencia de una causa, de una inteligencia suprema, que es Dios.

V

Las vidas sucesivas

Hemos dicho que a fin de conocer su porvenir, el hombre debía, ante todo, aprender a conocerse a sí mismo. Para marchar con paso seguro, es menester saber dónde se va. Conformando sus actos a las leyes superiores, es como el hombre podrá trabajar eficazmente para su mejoramiento y el del centro social.

Lo importante es discernir estas leyes, determinar los deberes que nos imponen y prever las consecuencias de nuestras acciones.

El día en que se penetre de la grandeza de su destino, el sér humano sabrá desprenderse mejor de lo que lo empequeñece y rebaja, sabrá gobernarse según la sabiduría y preparar con sus esfuerzos la unión fecunda de los hombres en una gran familia de hermanos.

Mas, ¡cuán lejos estamos de semejante estado de cosas! Aún cuando la humanidad avanza lentamente por la vía del progreso puede, sin embargo, decirse que la inmensa mayoría de sus miembros marcha a través de la vida como en medio de una noche obscura, ignorándose el hombre a sí mismo y sin saber nada del verdadero fin de la existencia.

Espesas tinieblas velan la razón humana. Los rayos de la verdad sólo llegan a ella pálidos, debilitados, impotentes para iluminar las sendas tortuosas por donde caminan innumerables legiones, y para hacer brillar ante sus ojos el fin lejano e ideal.

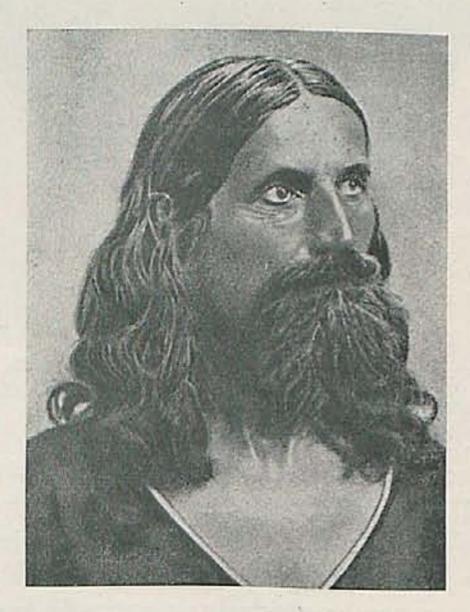
Ignorando sus destinos, fluctuando sin cesar entre la preocupación y el error, el hombre maldice a veces la vida. Desfalleciendo bajo su carga, cree que sus semejantes son la causa de las pruebas que sufre, no teniendo muchas veces otro origen que su imprevisión.

Rebelándose contra Dios, a quien, en su locura y desesperación, acusa de injusticia, llega a veces hasta rehuir el combate saludable, la lucha que es lo único que puede fortificar su alma, iluminar su juicio y prepararle para trabajos de un orden más elevado.

¿Por qué sucede eso? ¿Por qué baja el hombre débil y desarmado al palenque donde sin tregua ni descanso se sostiene la eterna y gigantesca batalla? Es que este globo no es más que uno de los grados inferiores de la escala de los mundos.

Casi todos los que residen en él no son más que espíritus niños, esto es, almas nacidas hace poco a la razón.

La materia es la soberana de nuestro mundo. Nos doblega bajo su yugo, limita nuestras facultades, detiene nuestros impulsos hacia el bien y nuestras aspiraciones a lo ideal.



El célebre doctor Gustavo Nagel, fundador y propagador del Naturismo, que acaba de fallecer en Alemania

«La Verdad adelgaza y no quiebra y siempre anda sobre la mentira como el aceite sobre el agua.—*Cervantes*.

NOTICIARIO

Con el fin de evitar que se nos tome por volubles o antojadizos, debemos advertir a nuestros lectores que el haber suprimido el anuncio de uno de los dos facultativos naturistas que aconsejamos, de la cubierta posterior de MACROCOSMO, es debido únicamente por habérnoslo pedido el propio interesado, en atenta y culta carta. Respetuosos siempre con el opinar ajeno, nos hemos apresurado a complacerlo, y como no existe para nosotros ningún motivo para dejar de aconsejar a nuestros enfermos que se confíen a su facultativa dirección, continuaremos mandándoselos, complaciéndonos públicamente en afirmar que continúa siendo, para nuestro naturista entender, uno de los pocos en quien hoy por hoy, se pueden los enfermos confiar.

* * *

Advertimos fraternalmente a nuestros lectores de ésta en general, y en particular a las voluntades hermanas del Cenáculo, que nuestro hermano director nada tiene que ver con cierto papelito o prospecto impreso que bajo el título de «¡Hurra!» se reparte por parte de cierto fresco y en parte perturbado hermano, con el fin de vender paquetitos de hierbas que tienen un valor real de unos veinte céntimos a lo más, por un puñado de reales.

En el citado prospecto aparecen parábolas de Jesús y un pensamiento con la firma de nuestro hermano director. Ya comprenderán nuestros lectores que los nombres de Jesús y de nuestro hermano director, son únicamente el pabellón con el que quiere cubrirse un insano propósito. Es nuestro consejo fraternal perdonar al atrevido en cuestión, y no dejarse engatusar, ya que así, a los efectos de un mañana, muy cerca quizá, se le evita que se vaya envolviendo más y más en una mayor responsabilidad.

* * *

El grupo espírita «Amor y Caridad», del Ferrol, ha empezado a publicar su revista «El Kardeciano», del que acabamos de recibir el primer número. También han tenido la gentileza de remitirnos un ejemplar de la novela «Tertulia Espiritista», obtenida por mediumnidad escribiente, por el médium E. P. M.

Mucho agradecemos el envío y gustosamente dejamos establecido el cambio, deseando a tan buenos hermanos perseveren en los sanos propósitos que en su revista exponen con gran claridad, complaciéndonos así mismo en manifestarles que dentro de nuestra insignificancia pueden contar con nosotros para todo aquello conducente al logro de sus sanas aspiraciones, que son una de las nuestras también.

* * *

Rogamos a la voluntad que mande MACROCOSMO a José Codina, de Llinás del Vallés, deje de hacerlo, toda vez que cada número viene devuelto a esta Administración, por no encontrarse el destinatario.

* * *

Varios queridos hermanos en ideales del Ferrol, nos notifican que tienen ya los reglamentos de un Centro espiritista ferrolano, a la aprobación de la autoridad civil a los efectos legales.

Es con verdadera satisfacción que acogemos la noticia y sinceros nos ofrecemos, dentro de nuestra pobreza, para todo aquello que pueda contribuir a consolidar y ensanchar tan sana finalidad.

* * *

En cumplimiento de lo prometido en el número de julio, pasamos gustosos a dar nuestro muy pobre criterio respecto al folleto remitido por nuestro hermano G. G., «Enfances Catholiques», que es el número 136 de la colección de «La Brochure Mensuelle» que se edita en Francia.

En «Infancias Católicas», su autor describe sencillamente como son vividas en el ruralismo que él vivió y padeció, no sabiendo qué admirar más en tal brillante descripción, si el colorido ultranatural que emplea, que determina que el lector viva tan repugnante tragedia, o el valor que hoy todavía se necesita para hablar alto y claro descubriendo a lo vivo todas las lacras inconfesables

de la casta sacerdotal católica. ¡Muy bien, hermano! ¡Adelante! Sacando caretas donde sea menester. Así pensamos y sentimos nosotros, y también un algo practicamos rompiendo todos cuantos moldes y rutinas sean menester para no ir a remolque del mal vivir de los Tartufos que integran nuestra hermana humanidad.

Para ser espiritistas y naturistas, no basta con predicarlo y hacerse aplaudir, es necesario además, a nuestro ínfimo entender, practicar de acuerdo con lo predicado, importándonos un nada lo que de nosotros digan los que todavía no nos puedan comprender.

* * *

Nuestros queridos hermanos en ideales espiritas de Puerto Rico, nos han remitido la colección casi completa (el número 1 está agotado) de la revista quincenal «La Reforma», órgano de la «Federación de los Espiritistas de Puerto Rico».

Mucho agradecemos tal envío, que prometemos estudiar cariñosamente, así que podamos, para dar cuenta del criterio que su estudio nos haya podido merecer. Interín, dejamos el canje establecido muy gustosos, y deseamos sinceramente muchos éxitos en sus estudios y prácticas a tan buenos luchadores.

* * *

El próximo día 27 del actual, por la mañana, y en el Juzgado Municipal del Clot, tendrá lugar el enlace matrimonial de nuestros muy queridos hermanos y consocios del Cenáculo, Teresa Playán y José Gelabert.

La primera pertenece al Cenáculo desde el año 1922, o sea del mismo en que fué fundado, y el segundo ingresó en el mismo en 1929. A los dos les consta bien agudísimamente las luchas que han tenido que sostener y sostienen para no abandonar al Cenáculo que por la tierra tenían que encontrar para preparar a la forma por medio del estudio primero y de la práctica después, y poder cumplir, gracias a ello, sus respectivas almas, la promesa hecha ante Dios al reencarnar.

Serán testigos oficiales, en tal casamiento civil, nuestros hermanos presidente y vicepresidente del Cenáculo. Todas aquellas voluntades que deseen asistir al acto, pueden verificarlo sin necesidad de expresa invitación, pero pudiendo tener la seguridad que serán recibidos con amor envuelto en la mayor sencillez. Como no se persigue por los futuros cónyugues vanidad alguna, no se casarán en domingo, que facilitaría grandemente la asistencia a su boda, sino en aquel día de la semana que mejor combina con otros fraternales actos a realizar y gozar.

* * *

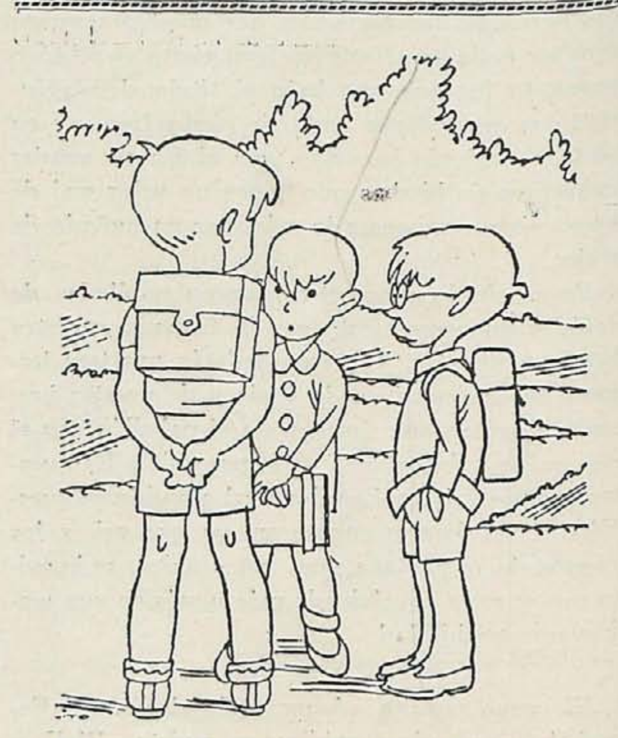
Al cerrar la compaginación del presente número, llega a nuestro poder el generoso donativo, que mucho agradecemos, de un ejemplar de la obra «Guía de la Salud», del Profesor J. A. E. D., de Buenos Aires (R. A.).

Tan pronto hayamos podido formar criterio de la obra, tendremos sumo gusto en publicar el concepto que la misma nos merezca.

* * *

Con la consiguiente satisfacción nos enteramos que la Asociación de la Prensa de Madrid ha nombrado médico naturista de la misma al conocido y acreditado médico y publicista E. A.

Ya era hora que en la vida corporativa se vayan dando cuenta que existe un sistema curativo verdadero que nada tiene que ver con el sistema alópata, oficialmente protegido, que nada cura. De desear es que cunda el ejemplo en bien de muchos.



—Mi padre se ha ido con Marcelino Domingo, porque dice que ve en él una escuela de civismo.

—¡Ca, hombre! En Domingo no hay escuela.

que el proceso en efecto se había prolongado, todavía continuaba y su terminación podía hacerse esperar durante mucho tiempo.

A la mañana, el médico de la sección se puso a persuadirme con singular insistencia y seriedad a comer.

—En la prueba de su sangre han encontrado acetona...

—¿Qué significa eso?

—Que ha empezado la descomposición de la sangre. Hermana — se dirigió el médico a la enfermera —, prepara para el enfermo té con azúcar y ron.

—Bueno, té con ron tomaré, pero sin azúcar. ¡El azúcar no deja de ser alimento!

—¡No, más azúcar, hermana! — dijo el médico con singular severidad, y se fué.

Al parecer, efectivamente consideraba el momento serio.

Tras de habe rmeditado un rato, tomé té con ron y azúcar.

Trajeron un plato de sopa. Absolutamente ninguna gana de comer. La lengua seguía tapada. Pero en el transcurso de cuaenta rdías me cansé ,al fin, de resistir a las persuasiones de comer, y de mala gana tragué varias cucharadas de sopa. ¡Ni pizca de gusto ni de placer! La saliva viscosa y espesa que se segregaba abundantemente de las mejillas en la boca, se agregaba a la sopa que yo tragaba sin mezclarse con ella. Era un líquido peculiar que parecía impermeable y como hecho de goma. Tomé un pedazo de pan y me puse a mascarlo. La saliva cubría el pan una envoltura pegajosa, sin empaparlo, y era necesario hacer un esfuerzo especial para que los dientes pasaran a través de esa envoltura y penetraran en el pan. Con dificultad, como si se tratase de un corcho grande, tragué el pan, no masticado, sino que sólo ablandado por los dientes. Yo cometía un error, me daba cuenta de ello, pero había que terminar: ¡la responsabilidad por mí en el hospital recaía sobre otros!

Con otro pedazo de pan, que elegí a propósito con corteza dura, froté, durante la masticación, la lengua, el paladar y las encías, a fin de quitar de la lengua el «sedimento» y despertar en la boca las glándulas de jugos digestivos, y luego de haberlos tragado, tomé un espejo para examinar la lengua. La observé.

¡Dios mío, qué había hecho!

cado de hidropesía. Le llevaban todos los días de su casa muchos alimentos para «restablecer sus fuerzas», y yo, que no había terminado entonces ni el primer ayuno, no me atreví a decirle que, todo lo contrario: el único camino seguro de salvación era para él justamente el ayuno, que en casos de hidropesía da resultados singularmente rápidos y positivos. Cuando me enteré que ese enfermo, a pesar de todos los cuidados había fallecido, ofrecí a los médicos empezar bajo su fiscalización, el tercer ayuno, sometiéndome de antemano a todos los experimentos que ellos deseasen practicar conmigo.

Así que, todos los tres ayunos fueron voluntarios, lo cual es de suma importancia para los resultados. El ayuno voluntario transcurre tranquila y mecánicamente una década tras otra, sin catástrofes repentinas—sobre todo lo primero (de esto hablaremos a continuación). En cambio, el forzoso puede terminar con una crisis del corazón ya en los primeros dos o tres días.

ESENCIA Y CURSO GENERAL DEL PROCESO DESCUBIERTO POR MI EN EL ORGANISMO HUMANO

Los hechos que he observado durante esos ayunos dejaron comprobado para mí que el organismo humano no tiene un sólo camino general para su saneamiento, a través de los intestinos, sino dos, a saber:

el primero para el tiempo en que la alimentación del organismo se efectúa por el estómago, y este camino (a través de los intestinos) conduce de arriba abajo, y

el segundo para el tiempo de ayuno, durante el cual el organismo no recibe nada del lado del estómago y se alimenta de sus provisiones propias, y este camino conduce de abajo arriba, terminando en la boca con la lengua, por la superficie de la cual se arrojan al final del ayuno cenizas singularmente pesadas, últimos resíduos de la formidable combustión de la materia que se provoca en el organismo por un ayuno prolongado sistemáticamente realizado según el principio: «no comer nada, beber sólo agua».

El primer camino está sujeto a muchas influencias exte-

riores, que anulan, con frecuencia, por completo el resultado deseado, de suerte que no es absoluto. El segundo, en cambio, de haber realizado el ayuno en una forma mecánicamente exacta, dará al cabo de cuarenta días un resultado también mecánicamente exacto, o sea la completa y profunda purificación del organismo de los múltiples y perniciosos residuos que llenan actualmente la sangre de casi todos los hombres. Esa limpieza radical refresca a todo el organismo y le trae la curación—que parecía completamente imposible—de muchas dolencias consideradas ahora incurables.

El curso del proceso, en rasgos generales, es el siguiente: por lo común, el apetito se siente sólo durante el primer día. A continuación desaparece hasta la terminación del ayuno, si no se hacen grandes esfuerzos físicos. La lengua pronto se pone blanca, a partir del trigésimo día, amarilla, y luego se cubre de manchas pardas. Al final de la cuarta década la lengua queda limpia, tornándose roja. Aparece un fuerte apetito; el proceso ha terminado; ¡hay que empezar a comer! Por lo general, un hombre de peso mediano pierde durante el ayuno unos 15 kg., los que puede recobrar luego, si quiere, al cabo de dos o tres semanas, renovando así su carne y su sangre. Se produce un profundo rejuvenecimiento del organismo, hablando literalmente, una nueva salud.

MI PRIMER AYUNO DE 39 DIAS. EL MISMO HECHO DEL DESCUBRIMIENTO

Durante ese ayuno comprobé que un ayuno prolongado y completo es en efecto un proceso determinado, con fases determinadas que se suceden en un orden determinado. En este proceso, transcurridos los primeros treinta días, a mediados de la quinta semana, aparecen indefectiblemente, en forma concéntrica, sobre la lengua hasta entonces blanca, manchas amarillas y luego pardas, y unos cinco a nueve días más tarde la lengua queda completamente limpia, tornándose en toda su extensión roja. Acto seguido se hace sentir un apetito «indomable». El proceso ha terminado. Indicios generales duraderos de que el proceso de la profunda purificación del organismo aún continúa es la lengua manchada y

la falta de apetito. ¡Este último indicio parece especialmente extraño, tomándose en consideración que el hombre permanece sin comer 20-25-30 días, pero es tanto más elocuente!

Otro fenómeno completamente nuevo para la moderna fisiología y medicina, fenómeno que he observado durante mi primer ayuno, es la función de la lengua como salida para el saneamiento del organismo «de abajo arriba», cuando éste, no recibiendo alimentación por el estómago, naturalmente sigue manteniéndose con sus provisiones internas. Según estudios exactos de laboratorios científicos, durante el ayuno completo acompañado de completa inactividad del ayunador, el organismo de éste gasta, sin embargo, para el mantenimiento de la temperatura, el funcionamiento del corazón, los pulmones y la circulación de la sangre, no menos de 1.600 calorías de energía térmica, o sea dos tercios de las 2.500 por día necesarias para un hombre que se alimenta normalmente y trabaja sin esforzarse demasiado.

He aquí lo que me convenció de que la lengua desempeña este papel durante el ayuno.

El principio de los treinta días de mi ayuno coincidió para mí con un período de intenso trabajo nervioso que tuve que realizar en medio de debates acalorados. Lo llevé a cabo, pero en esa época me vi en la necesidad de beber mucha agua caliente con vino y azúcar a fin de excitar los nervios, y como el azúcar es un producto alimenticio, temí que eso trastornaría el curso del proceso del ayuno, a saber, lo prolongaría. Aunque ya había terminado la quinta semana de mi ayuno, yo no podía comer. La lengua era blanca, en la parte media amarilla con una mancha parda en el centro, más cerca de la base. Todo en la boca, a través de la cual ya hacía cinco semanas que pasaban los residuos de la combustión interna de la materia, olía a descomposición y podredumbre; la saliva era viscosa y hedionda. Comer con semejante boca era imposible: toda idea de la comida era repugnante. Los médicos me persuadían a comer; yo me negaba. La noche de la víspera del trigésimo noveno día fué singularmente difícil. Faltaba un sólo día para los cuarenta, y sin embargo yo sentía fiebre («falsa», por la combustión interna de la materia, mientras que la temperatura era siempre igual: 36,5 grados). La fiebre esa me daba a entender